

# 手作りが一番!!!



☆講師 管理栄養士・フードコーディネーター 山本 理江(やまもと まさえ)

☆開講日 毎月第1・3火曜日 午前10時00分～12時00分

☆受講料 3ヵ月分 28,080円+税 **毎月入会可能です。**

## 2019年4月～6月 カリキュラム

4月2日



- ・春野菜の天ぷら(写真)
- ・茶わん蒸し
- ・お楽しみの一品

4月16日



- ・ホタルイカと菜の花の Pasta(写真)
- ・ホタテと柑橘のマリネサラダ
- ・お楽しみの一品

5月7日



- ・麻婆豆腐(写真)
- ・いかしゅうまい
- ・お楽しみの一品

5月21日



- ・オムライス(写真)
- ・アボカドのグラタン
- ・お楽しみの一品

6月4日

**この日はお食事会となります。  
場所が決まりましたらまたお知らせいたします。**

6月18日



- ・ささみのカツレツ(写真)
- ・いろいろお豆と雑穀のサラダ
- ・お楽しみの一品

### 【お問い合わせ・お申し込み先】

インターティアラ・お料理サロン(栄中日文化センター提携)

〒461-0005 名古屋市東区東桜 1-3-22 ヴィアーレ・アルベルゴ 10F

(受付時間・9:00～19:00 ※但し日曜日を除く)

TEL/FAX: 052-253-6340/6344

E-Mail: intertiara-salon@outlook.jp

URL: <http://www.intertiara.com>

※献立内容は多少変更する場合があります。