

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1 C D ①⑤	2 C D ①⑤	3 C D ①⑤	4 C D ⑤	5 C D ②③
6 E包 F ①②③	7 E包 F ①⑤	8 E包 F ①⑤	9 E包 F ①⑤	10 E包 F ①⑤	11 E包 F ①⑤	12 E包 F ①②③
13 G H ①②③	14 G H ⑤	15 G H ①⑤	16 G H ①⑤	17 G H ①⑤	18 G H ①⑤	19 G H ①②③
20 I J炒 ②③	21 I J炒 ①②③	22 I J炒 ①②③	23 I J炒 ①⑤	24 I J炒 ①⑤	25 I J炒 ①⑤	26 I J炒 ①②③
27 K L ②③	28 K L ①⑤	29 K L ①⑤	30 K L ①⑤	Kitchen Sommelier COOKING SCHOOL		お電話で予約受付中 ☎ 06-6538-0880

都合により開催していない場合がございます。ご了承くださいませ。

①11:00~ ②13:30~ ③16:00~ ⑤19:00~



C 包丁トレーニング

- ・スパゲティミートソース
- ・コンソメスープ



D 正しいだしのとり方

- ・あじの塩焼き
- ・炊き込みご飯
- ・お吸い物



包丁 理論ベース実習

- ・豚しゃぶサラダ 玉ねぎドレッシング
- ・野菜味噌汁
- ・浅漬け



F 手作りソース・ドレッシング

- ・サーモンムニエル タルタルソース
- ・手作りドレッシングのサラダ
- ・ミネストローネ



G 素材の下ごしらえ

- ・さばの味噌煮
- ・かぼちゃのそぼろあんかけ



H 色々な切り方

- ・八宝菜
- ・粟米湯 (スーミータン)



I 無添加 手作りマヨネーズ

- ・ロールキャベツ
- ・手作りマヨネーズの角切りサラダ



炒め物 理論ベース実習

- ・野菜炒め
- ・玉子スープ



K 肉の下ごしらえ

- ・青椒肉絲 (チンジャオロース)
- ・酸辣湯 (サンラータン)



L パン粉を使った揚げ物

- ・コロケ
- ・ポーチドエッグのシーザーサラダ