

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1 スクール休講日	2 スクール休講日	3 スクール休講日	4 スクール休講日	5 ★オーガニックa①	6	7 ★オーガニックa①②
8 ★改善ごはん①	9 ■スイーツb①②	10	11	12 ★食生活改善セミナー 第6回 10:30~	13 ★オーガニックb①	14 ■シェフズr①②
15 ■シェフズf①②	16 ■シェフズe①③	17 ★1day特別レッスンa①	18 ■家庭料理①	19 ■シェフズv①	20	21 ★ワイン② その他
22 ★お味噌手作り教室 11:00~	23 ■シェフズi①③	24 ★1day特別レッスンa③	25	26	27 ■シェフズb①③	28
29 ★1day特別レッスンa①	30 ■シェフズx①③	31 ■プロフェッショナルd ①			お電話で予約受付中 📞 06-6538-0880	

時間帯： ①11:00-13:30 ②15:00-17:30 ③19:00-21:30



シェフズb 金城 保夫 先生
 ・豚の角煮 南乳風味
 ・体ほかほか クレソン鴨鍋フォー
 ・ミニトマトの桂花陳酒漬



スイーツb 水越 潤太郎 先生
 ・家庭で出来るお菓子屋さんレベルのシュークリーム
 ＊お持ち帰り7コ分



シェフズe 福田 庸平 先生
 ・温かい魚介のテリーヌ
 ・イチゴのカプレーゼ
 ・スパゲッティーニ
 自家製イタリアンソーセージのトマトソース



オーガニックa 吉田 より子 先生
 ・すりおろし大根ともずくのペペロンチーノ
 ・失敗なしのしっとり鶏ハム
 ・ピーナッツ味噌バーニャで食べる 豆乳豆腐
 ・ハッシュドポテトもち
 ・米粉で作る 砂糖なしラムフルーツケーキ



シェフズf 卜部 吉恵 先生
 ・一番出汁
 ・二番出汁
 ・蕪蒸し
 ・卵豆腐椀
 ・蟹ご飯



オーガニックb 吉田 より子 先生
 ・グルテンフリー エビとホタテとタコの米粉ピザ
 ・鯛の米粉ソテー 干しあんずメープルソース
 ・濃い野菜のクラムチャウダー
 ・まったり里芋のくるみしるこ



シェフズi 田畑 昇 先生
 ・スズキのパイ包み焼き
 シャンピニオン風味の白ワインソース
 ・鶏ささみのシーザーサラダ アンチョビ風味
 ・バナナのキャラメリゼ アイスクリーム添え



プロフェッショナルd 良本 忠烈 先生
 ジャパンバリスタチャンピオンシップ認定審査員の経験もあるプロの先生からコーヒーの淹れ方を学び、実際に2種のコーヒー豆を抽出してテイステイングしていただきます。

※コーヒーに合わせた焼きつき。
 ※ビジター料金：4,500円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：3,500円



シェフズr 高島 稔 先生
 ・水菜と豚ロースのはりはり鍋
 ・かに若芽酢
 ・鯖の蕪蒸し



1day特別レッスンa 弘瀬 真弓 先生
 柚子使いいきり! お酒に合う4品 日本酒1杯ついてます
 ・手作り柚子胡椒
 ・甘鯛のちり蒸し
 ・鶏けんちん焼き
 ・海老芋燗頭
 ・焼きおにぎり茶漬

※ビジター料金：6,000円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



シェフズv 横山 淳 先生
 ・ビブレスカス アルザス風
 ・シュークルート
 ・食パンで作るイチゴのミルフィーユ



お悩み解決! 改善ごはん 森田 栄理 先生
 免疫力とホルモンの力をUP!!
 ・ラム肉の煮込み 五香粉風味
 ・モロヘイヤのクルミ黒ごまあえ
 ・さば天の黒おこむすび
 ・スイートポテトとドライフルーツのトリュフ風

※ビジター料金：6,000円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



シェフズx 野上 博文 先生
 ・牛肉の煮込み 四川風
 ・海老入り春巻き
 ・フルーツ入りグラタン



お味噌手作り教室 森田 栄理 先生
 試食：お味噌汁・肉味噌(野菜など)
 お持ち帰り：お味噌約2.4kg
 ＊容器はご用意致します。
 ＊食べ頃は6~7ヶ月後です。

※ビジター料金：6,000円(体験レッスン料金対象外)
 ※会員様が現金でご受講の場合：5,000円



家庭料理 百寿 先生
 ・鮭のちゃんちゃん蒸し
 ・鶏肉と彩り野菜の
 カシューナッツ炒め
 ・柚子風味の海老餃子
 ・具だくさん根菜汁

Kitchen Sommelier
 COOKING SCHOOL

スマホでカンタン予約!

<http://www.kitchen-sommelier.jp/calendar/>

