

「くるみ☆クッキング教室」

～ 食卓をもっとたのしく おいしくみんなで！～

主催：「食の学び舎くるみ」 代表 中野ヤスコ 他

「くるみ☆クッキング教室」参加者募集！

～ 5・6月教室のご案内 ～

お手軽！お弁当のレパートリーUP！



5月12日(木)
10:00～13:00

◇電子レンジで作ります◇

- ①「ミートローフ」
 - ②「豚とれんこんの味噌炒め」
 - ③「かぼちゃのミルク煮」
 - ④「小松菜と油揚げの煮びたし」
 - ⑤「しめじとアスパラのナムル」
- 他、季節の野菜など
・ごはん・お豆のガーリックおこわ



フレッシュトマトでイタリアン

6月9日(木)
10:00～13:00

◇焼津産シシリアンルーージュを使用◇

- 白身魚のムニエル～イタリアンソース～
季節の野菜のキッシュ
ヘルシーおからサラダ
トマトのクリームスープ
ブレッド
プチスイーツ：トマトゼリー



【受講料】：各 2,800円(材料費込)
【持ち物】：エプロン、手拭きタオル、ふきん2枚

♪ くるみ☆クッキング教室の特徴 ♪

- ☆ 「静岡県産」「国産」食材を使用します☆
- ☆ クッキングはもちろん、パンやお菓子作りだって学べます☆
- ☆ 少人数でアットホームなクラスです☆
- ☆ 1回ずつのお申込制で気軽にご参加いただけます☆
- ☆ 最新の素敵で快適なシステムキッチンを体験できます☆
- ☆ 託児もあります☆



《 託児 》

対象：未就園児

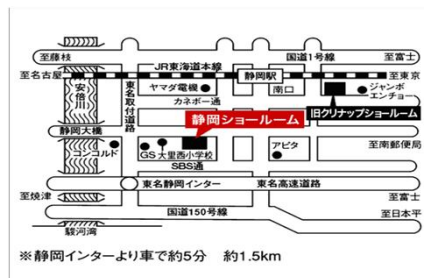
定員：3名様 (おひとりにつき1000円・要予約)

小さなお子様は、隣の部屋にて「保育士」有資格者がお世話いたします。



～ 場所 ～

クリナップ静岡ショールーム
〒422-8058
静岡県静岡市駿河区中原331-2



～ お申込み・お問い合わせ ～

※お申し込み時にお知らせください。

1：お名前 2：ご住所 3：TEL 4：メールアドレス 5：ご希望日・講座名 6：その他(託児のご要望など)

Mail nakano.yasuko@gmail.com

FAX 054-646-4397

TEL 054-646-4397 (日曜休み)

ブログ <http://kurumicooking.eshizuoka.jp/> (くるみ☆クッキング教室)

<http://otokonoryouri.eshizuoka.jp/> (食の学び舎くるみ)

お申し込み用アドレス→

