



LINEはじめました。



## ～2021年9月の講座ご案内～

9月到来！涼しくなるにつれて夏の疲れが出やすくなります。

「食欲の秋」を感じられるほど暑さが退くといいですね。



ホームページはこちらから



www.l.c.h.de.jp/~kawadum

※新型コロナウイルス対策によりマスクをつけてご参加下さい

	内容	費用	
9月3日(金) 午後7時～9時	<ul style="list-style-type: none"> <li>ホタテごはん</li> <li>茶せんなす</li> <li>卵豆腐</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月7日(火) 午前10時～正午	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏もも肉のマヨネーズ焼き</li> <li>かぼちゃのポタージュ</li> <li>生クリームアイス</li> <li>レタスのレモンサラダ</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月9日(木) 午後10時～正午	<p>&lt;魚料理&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>タラのフライ</li> <li>ホイル焼き</li> <li>ゆかりごはん</li> <li>きゅうりと昆布の即席漬け</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月11日(土) 午前10時30分～ 午後12時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>いなりずし</li> <li>なすの揚げ浸し</li> <li>長芋ときゅうりの酢のもの</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月14日(火) 午後10時～正午	<ul style="list-style-type: none"> <li>具たくさん ざるそば</li> <li>ニラのおしとし</li> <li>わらびもち</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月21日(火) 午前10時～正午	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏肉の甘酢あんかけ</li> <li>チャプチエ</li> <li>うずら卵のスープ</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
9月24日(金) 午後7時～9時	<p>&lt;昆布メニュー&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>昆布と豚肉炊き込みごはん</li> <li>刻み昆布の茶碗蒸し</li> <li>ささ身のおぼろ揚げ</li> </ul>	¥3300	河村学園 3階料理教室
<ミニ講座> 9月13日(月) 午前10時～正午	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏もも肉の中国風衣揚げ</li> <li>昆布と豚肉の炊き込みごはん</li> </ul>	¥2200	河村学園 3階料理教室
<楽しいお菓子作りの会> ① 9月10日(金) 午前10時～正午 ② 同日 午後7時～9時 ③ 9月23日(木 秋分の日) 午前10時～正午	8月講習のレモンタルト ご好評につき 2回目の講習をします！	¥3000	河村学園 3階料理教室
<楽しいお菓子作りの会> 9月23日(木 秋分の日) 午後1時30分～3時30分	シュークリームもご好評でしたので 改めて講習します。	¥2800	河村学園 3階料理教室
<聴いてためになる 納得健康講座> 9月17日(金) 午前10時半～正午	8月は野草「スベリヒユ」をあじわい 効能を学びましたね。 今月は「イノコブナ」に挑戦です。	¥800	河村学園 ログハウス

お申し込み先：河村学園 電話番号：0770-25-3257 ※曜日・内容のご希望がございましたらご相談承ります。各講座締切日は当日2日前までとさせていただきます。