

2025年10月の講座ご案内

食欲の秋到来！手づくり料理のレパトリーを広げましょう！

日曜日コース	月曜日コース	水曜日コース	金曜日コース	土曜日コース
	10月6日（3階教室） 午前10時～正午 ＜一番だしのとり方講座＞ だし巻き卵 生姜ごはん 切り干し大根とあげの炒め煮 きゅうりの甘酢和え		 www1.rcn.ne.jp/~kawamura 河村学園ホームページ	
 河村学園料理教室 LINE	10月6日（3階教室） 夜 午後7時～9時 ＜塩こうじメニュー＞ ・ピーマンの肉詰め （塩こうじ） ・れんこんと豚肉の 塩こうじ炒め ・ラタトゥユ		10月17日 （ログハウス） ＜ハーブティーの会＞ 午前10時30分～ 正午 今月は秋の土用の おはなしです。	10月18日 （3階教室） 午前10時～正午 ・鶏手羽元のカレー 風味揚げ ・だし巻き卵 ・サラダスパ
 @KAWAMURA_GAKUEN_RYOURI	10月20日（3階教室） 午後7時～9時 ＜一番だしのとり方講座＞ 夜 ・だし巻き卵 ・生姜ごはん ・切り干し大根とあげの 炒め煮 ・高野豆腐の含め煮	10月22日（3階教室） 午前10時～正午 ・キャベツとあさりの スープパゲティ ・コーンポタージュ ・かぼちゃのチーズイン サラダ	参加料・受講料について ・一般料理講座 ￥3300 ・ハーブティーの会 ￥800 ・お食事会 ￥1800 メニューは少し変更あるかもしれません	
10月26日 （ログハウス） 午前11時～午後1時 食のイベント“敦賀べっぴんだし御膳” 今回は和食御膳となります。 だし巻き卵 きのことごはん 鶏肉と麩の治風煮風（煮物） から蒸し など	10月27日	10月29日 （3階教室） 午前10時～正午 ・かぼちゃのそぼろ あんかけ ・冷凍魚の煮つけ ・れんこんと豚肉の甘 辛炒め	 ご希望の日時に変更可能な 場合がございます。 ご相談下さい。	

“料理づくりは健康づくりの一助”

お申し込み先：河村学園

電話番号0770-25-3257 随時募集中です。

LINE・インスタグラムにてわが家の晩御飯配信中