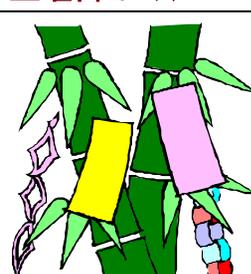
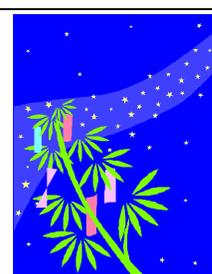
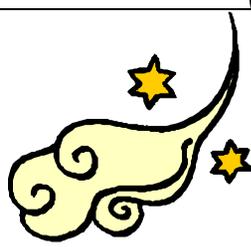


## 2025年7月の講座ご案内

本格的な夏が始まりましたね！夏バテ対策メニューで暑さを乗り切ろう！

月曜日コース	火曜日コース	水曜日コース	金曜日コース	土曜日コース
	<p>7月8日(3階教室) 午後7時～9時 ＜楽しい冷菓作り＞ 疲れたときの回復スイーツ ・コーヒープランジェ さわやかな味わいの ・パパロアみかんジャム</p>		 河村学園ホームページ www.l.rcn.ne.jp/~kawamura	
<p>参加料・受講料について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 28日ガレットを楽しむイベント ¥1800 (ハーブティー付き)</li> <li>・ 一般料理講座 ¥3300</li> <li>・ ハーブティーの会 (今月は料理 ¥3300)</li> <li>・ たのしいスイーツ作り2品 ¥3000</li> </ul>			<p>7月11日(ログハウス) 午前10時～正午 ＜醤油・塩こうじの作り方＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鶏胸肉の塩こうじ焼き</li> <li>・ 絹ごし豆腐の 醤油こうじのせ</li> <li>・ たっぶり食材の和え物</li> </ul>	<p>7月12日(ログハウス) 午前10時～正午 ＜醤油・塩こうじの作り方＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鶏胸肉の塩こうじ焼き</li> <li>・ 絹ごし豆腐の 醤油こうじのせ</li> <li>・ たっぶり食材の和え物</li> </ul>
<p>7月15日(3階教室) 午前10時～正午 パプリカともやしの春巻 じゃが芋のグリーン サルサかけ 塩こうじを使って パーニャカウダ</p>		<p>7月16日(3階教室) 午後7時～9時 小麦粉で作るガレット おいしいトマトソースの 作り方 夏野菜の 梅マヨネーズ添え</p>		<p>7月19日(3階教室) 午後7時～9時 ・ミネラル補給の きのこそうめん ・揚げだし豆腐 ・茶せんなす</p>
<p>7月22日(3階教室) 午前10時～正午 えび&amp;レタスカレー トムヤンクンスープ 夏野菜の梅マヨソース添え</p>	 河村学園料理教室 LINE	<p>7月25日(3階教室) 午後7時～9時 ・ミネラル補給の きのこそうめん ・揚げだし豆腐 ・茶せんなす</p>	<p>7月25日(3階教室) ＜特別講座＞ 午前10時～正午 ドライカレー サマルカンドサラダ わらび餅</p>	
<p>7月27日 ＜今月のお食事会＞ “腸内環境を整える薬膳” 寒天ときのこのスープ ほうれん草とペンネのグラタン こんにゃくのんにく風味焼き 玉ねぎのみそ漬 A:午前11時～午後1時 B:午後2時～午後4時 メニュー変更の可能性 有ります</p>	<p>7月28日 午前11時～午後1時 寒天ときのこのスープ ほうれん草とペンネのグラタン こんにゃくのんにく風味焼き 玉ねぎのみそ漬</p>	<p>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。</p>		 @KAWAMURA_GAKUEN_RYOURI 河村学園料理教室 Instagram

“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・Instagramにて毎日わが家の晩御飯配信中