



# 家庭料理 (火)

季節ごとの行事食やお祝いの日食べる 特別な料理を作しましょう

講師 下入佐 智美

回数	月日	曜日	テーマ	内容
1	12/5	火	クリスマス	○開講式 パン、鳥肉の白ワイン煮、マセドアンサラダ、いちごマフィン
2	12/12	火	おせち料理	松風焼き、胡桃入り田作り、たたきごぼう、数の子入り紅白なます、お雑煮
3	1/16	火	胃腸を整えよう	ごはん、カブのそぼろあんかけ、ほうほう和え、なめこ汁、ふりかけ
4	1/23	火	免疫力アップ	ごはん、酢鶏、 <sup>ラーバツワイ</sup> 辣白菜、玉子スープ
5	1/30	火	節分	巻きずし、里芋のゆず味噌田楽、赤魚のお吸い物
6	2/6	火	バレンタイン	バケット、クリームシチュー、彩サラダ、マーブルパウンドケーキ
7	2/13	火	疲労回復	ちりめん三昧丼、長いもとささ身のサラダ、わかめスープ
8	2/20	火	ひな祭り	○閉講式 ちらし寿司、菜の花のサラダ、蛤のお吸い物、いちごムース

教材費	4,800円(8回分)
開講時間	18:30~20:30(2時間)
定員	20名(定員になり次第、締め切ります)
場所	料理講習室
準備するもの	エプロン、三角巾、筆記用具、タッパー

◆材料の都合でメニューを変更する場合があります。

※ 遅刻や欠席をする場合は、必ず勤労青少年ホームまでご連絡ください。

※ 返金は、原則としていたしません。

※ 受付は10月13日(金)~10月26日(木)です。

鹿児島市勤労青少年ホーム

〒890-0063 鹿児島市鴨池2丁目32-30

TEL 099-255-5771 FAX 099-255-5750

E-mail [yuyukan@sicweb.jp](mailto:yuyukan@sicweb.jp)

ホームページ <http://yuyukan.sicweb.jp/>

Twitter @yuyukan6

Facebook 鹿児島市勤労青少年ホーム(事務局発信)