



# 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りましょう

講師 下入佐 智美

回数	月日	曜日	テーマ	内容
1	12/3	火	クリスマス	○開講式 ベーグル、鶏肉の白ワイン煮、マセドアンサラダ、いちごマフィン
2	12/10	火	おせち料理	八幡巻き、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	1/14	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、かぶの葉ふりかけ
4	1/21	火	免疫力アップ	ごはん、酢鶏 <sup>ラーバーツァイ</sup> 、辣白菜、玉子スープ：鶏ガラスープから
5	1/28	火	節分	巻きずし、里芋のゆず味噌田楽、赤魚のお吸い物
6	2/4	火	バレンタイン	ブルスケッタ、クリームシチュー、彩サラダ、マドレーヌ
7	2/18	火	ひな祭り	ちらし寿司、菜の花のサラダ、蛤のお吸い物、いちごムース
8	2/25	火	万能の食材 《鯛》	○閉講式 鯛飯のだし茶漬、だし巻き卵、ピーナツ豆腐、舞鶴きゅうりの浅漬、鯛のアラ汁

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(日)~10月27日(日)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@sjcweb.jp](mailto:yuyukan@sjcweb.jp)

ホームページ <http://yuyukan.sjcweb.jp/>

Twitter @yuyukan6

Facebook 鹿児島市勤労青少年ホーム(事務局発信)