

男の料理講座（木）

焼いて 煮込んで 作ってみよう！



講師 濱田 真喜子

| 回数 | 月日 | 曜日 | テーマ | 内容 |
|----|-------|----|------------------|--------------------------|
| 1 | 10/10 | 木 | フライパンひとつで 楽しく | 鮭のムニエル 和風チャーハン みそ汁 |
| 2 | 10/17 | 木 | 煮込みで楽しく | 鶏肉のトマト煮込み 野菜サラダ |
| 3 | 10/24 | 木 | 麺料理を楽しもう | 坦坦麺 冷やしごまサラダ 玉子スープ |

| | |
|-------------|----------------------|
| 教 材 費 | 2,100円 |
| 開 講 時 間 | 18:30~20:30 (2時間) |
| 定 員 | 30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、手拭きタオル |

◆材料の都合でメニューを変更する場合があります。

※ 返金は原則としていたしません。

※ 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。

※ 受付期間は9月13日（金）～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@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）

受付番号（ ）

令和 年 月 日

短期講座 男の料理講座

| | | | |
|-------------|----|---------|--------|
| 利 用 証 番 号 | | 受 付 番 号 | |
| (ふ り が な) | | | |
| 氏 名 | | | |
| 連 絡 先 | 携帯 | — — | 自宅 — — |