

令和6年度 青島北地区交流センター生涯学習講座 学習計画表

講座名 簡単おうちごはん ～献立を増やしましょう～

講師 高野 麻衣

時間 9:30～12:00

曜日 第2土曜日他

会場 料理実習室 14名

いつもとは少し違うおうちごはんの献立を増やしましょう！

本年度はセンターの空調工事に伴い変則日程となり、また日程変更の可能性もあります
ご理解、ご協力よろしくお願いたします

	講座日	講座内容	備考 (持ち物、服装、教材費等)
1	5/11	★開講式 白い麻婆豆腐、牛肉の中華炒め	受講料 3,200円(8回分) 材料費 6,500円(8回分) エプロン 布巾やタオル(食器拭き用、 台拭き用、手拭き用) お持ち帰り用の容器
2	6/8	ごぼうのクリームパスタ 魚介のマリネ	エプロン 布巾やタオル (食器拭き用、台拭き用、手拭き用) お持ち帰り用の容器
3	7/13	ゴーヤチャンプルー さば缶キッシュ	〃
4	8/3 (第1)	冷やし中華、エビチリ	〃
5	9/7 (第1)	カレー、手作りナン	〃
6	10/12	煮込みハンバーグ、ラトウイユ	〃
7	11/2 (第1)	おせち料理	〃
8	2/1 (第1)	ロシア料理 ボルシチ ロシア風ロールキャベツ ★閉講式	〃

予備日 3/1(第1)