



クッキングスタジオ

おへそ スケジュール

2015

2015
October

10

鳥取ガスグループ専属講師 / 竹中真理子
管理栄養士 / ジュニア野菜ソムリエ
テーブルコーディネーター
エコ・クッキングナビゲーター



お子さまの台所デビュー応援します!!

対象: 5才~小学3年生親子

キッズクッキングクラブ はじめの一步



手作り和菓子で ほっこりタイム。

・焼きまんじゅう

10/3(土) 13:00~15:30

親子ペアで **1,000円**

今回は親子で料理します。

※託児あり: 有料(1人につき500円)
必ず事前にお申し込み下さい。

お申込み〆切日 **9/23(水)**

※アレルギー等の確認の為、お子さまの保護者ご自身でお申し込み下さい。

めざせ!

おへそではじめる美味しい時間

できるクッキング男子 vol.2



クッキング男子第2弾は「魚料理にチャレンジ」です。
魚を上手に卸して、できる男を目指しましょう。

アジのたたき・アジフライ・あら汁

10/18(日)

10:30~13:30

1,500円

講師 / 竹中真理子

お申込み〆切日 **10/8(木)**

脱・マンネリレシピ宣言!!

とっておきレッスン



秋の夜長はウチで飲もう

- ・秋刀魚のアヒージョ
- ・たっぶりきのこのキッシュ
- ・秋野菜の焼きサラダ
- ・さつまいもアイス

対象 食べること好き! 作ること好き! な方

10/8(木)・9(金)・15(木)

10:30~13:30

1,500円

講師 / 竹中真理子 お申込み〆切日 **9/28(月)**

「毎日のおかず」から「おもてなし料理」まで、いつもの食卓のヒントに。
マンネリメニューから抜け出したい方にオススメです。

お待ちしております!

とっておきサタデー



秋の夜長はウチで飲もう

- ・秋刀魚のアヒージョ
- ・たっぶりきのこのキッシュ
- ・秋野菜の焼きサラダ
- ・さつまいもアイス

対象 食べること好き! 作ること好き! な方

10/17(土)

10:30~13:30

1,500円

講師 / 竹中真理子 お申込み〆切日 **10/7(水)**

とっておきレッスンが土曜日に登場!! 平日お仕事の方、お待ちしております。



Yes!

とっておき グループレッスン

サークル、企業、クラブなど、気の合う仲間同士で楽しくお料理しませんか?

10月のメニュー

- ・秋刀魚のアヒージョ
- ・たっぶりきのこのキッシュ
- ・秋野菜の焼きサラダ
- ・さつまいもアイス

- 日程は、ご相談下さい。
- 1,500円
- 最小開催人数 10名

今、私たちにできること エコ・クッキング

難しいと思われがちな環境問題を、身近な『食』を通してワイワイ楽しく学びませんか?

※大人向け・子ども向けのコースがあります。
※10名様からお申し込みください。

メニューは季節により変わります

「エコ・クッキング」は、東京ガス株式会社の登録商標です。



お気軽にお問い合わせください (^o^)/



お問合せお申込みは、店頭またはお電話でのHPからも受付できます。
open 9:30-17:30

鳥取市片原5丁目503
0857-30-2020
http://www.salute-withgas.jp/

- ・各料理教室は予告なく変更になる場合があります。
- ・ご応募多数の場合、抽選し後日当選者のみおハガキを郵送します。
- ・定員に空きがある場合は、〆切日以降でもお受けしますので、気軽にお問合せください。
- ・お申し込みは、1組3名様までとさせていただきます。
- ・ホームページからお申し込みできます。(キッズクッキングクラブは除く)
- ・前日の正午以降のキャンセルにはキャンセル料が発生します。