



クッキングスタジオ

おへそ スケジュール

2016

2016
May
5

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年生の親子

キッズクッキングクラブ はじめの一步 in こやま農場



夏のお野菜を植えよう

- ・野菜の苗植え
- ・サンドイッチ作り

※小雨決行
5/14(土) 10:00~13:00
親子ペアで**1,200円**

現地集合解散となります。

場所 こやま農場

【湖山西小学校近隣 駐車場あり】

お申込み締切日**5/1(日)**

※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。

お待ちしております!

とっておきサタデー



デリ風弁当

- ・れんこんバーグ
- ・パプリカのハニーマリネ
- ・ゴボウと豚肉のごまごま甘辛煮
- ・かぼちゃとチーズと
ナッツのサラダ

対象 食べること好き! 作ること好き! な方

5/21(土)
10:30~13:30
1,500円

講師 / 竹中真理子

お申込み締切日 **5/6(金)**

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。

脱・マンネリレシピ宣言!!

とっておきレッスン



デリ風弁当

- ・れんこんバーグ
- ・パプリカのハニーマリネ
- ・ゴボウと豚肉のごまごま甘辛煮
- ・かぼちゃとチーズと
ナッツのサラダ

対象 食べること好き! 作ること好き! な方

5/19(木)・20(金)・23(月)
10:30~13:30
1,500円

講師 / 竹中真理子

お申込み締切日 **5/6(金)**

「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。

一人(ひとり)でー(いち)から作るパン教室。略して「ひといちパンクラブ」。

ひといちパンクラブ



クランベリー&ショコラの ライ麦パン

クランベリーの酸味とチョコレートの
甘さがクセになるセミハードパンです。

対象 パン作りに興味のある方

5/29(日)・30(月)
10:00~12:30
2,000円

講師 / 石田 優花

お申込み締切日 **5/15(日)**

お一人で「計量」から「焼き上げ」まで、仕上げていただく、手ごねスタイルの
レッスンです。初心者でも安心!!



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?

5月の
メニュー

- ・れんこんバーグ
- ・パプリカのハニーマリネ
- ・ゴボウと豚肉のごまごま甘辛煮
- ・かぼちゃとチーズと
ナッツのサラダ

- 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 9:00-17:00

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、お切り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。