

2018
3月 May 2.10現在

UP コープキッチンスタジオ

ご予約はお電話1本～はじめての方、お一人でも大歓迎!! ☎ 0155-66-4073

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----|--------------------------------|-----------------------------|-----------------------|--------------------------------|---|---|
| 25 | 26 | 27 | 28 | 1 | 2 | 3 |
| | | | | | さくら餅づくり 10:00~12:30 19:00~21:30 |  |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | イタリア 味めぐり 10:00~12:30 | | | | 美肌ごはん 19:00~21:30 | 菜Sai お料理講座 19:00~21:30 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | 旬野菜 料理レッスン 19:00~21:30 | シェフごはん 10:00~12:30 | 美肌ごはん 10:00~12:30 | |  | |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | | 糖質オフ 家庭料理 19:00~21:30 | | | 旬野菜 料理レッスン 19:00~21:30 | カラダに 優しいスイーツ 10:00~12:30 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| | カラダに 優しいスイーツ 19:00~21:30 | | シェフごはん 19:00~21:30 | 小学生対象 クッキング 11:00~ | 春休み企画 さつまいも クッキー作り 13:00~15:30 | パンカフェ しんしん 10:00~13:00 |
| 4/1 | 4/2 | 4/3 | 4/4 | 4/5 | 4/6 | 4/7 |
| | | | | 極上!! 創作Sweet 10:00~13:00 | | |

「イタリア味めぐり」

ブルスケッタ 3種
(鶏レバーのパテ他)
6個持ち帰り・
ノンアルコール
スパークリングワインと共に試食

5日(月) 10:00〜
(5名から開講)

受講費 ¥1,620
材料費 ¥1,800

タケベ ミホ (イタリア料理研究家)



「さくら餅を作りました♪」

さくら餅8個作る予定
抹茶・持ち帰り用箱付
2日(金) 10:00〜と19:00〜
(定員8名ずつ)
受講料 ¥864
材料費 ¥800
高田 真紀子 (調理師)



晴cafe低糖キッチン

「糖質オフ家庭料理」

食べて満足!! 糖質オフメニュー
20日(火) 19:00〜

(5名から開講)
受講料 ¥1,620
材料費 ¥1,100

景山 善美 (晴caféオーナー/糖質オフアドバイザー)



結城 一洋
まきばの家料理長

「簡単!!」

「美味しいシェフごはん」

〜鶏肉と牛合挽き肉の
チーズ焼き 他
13日(火) 10:00〜
28日(水) 19:00〜

受講料 ¥1,080
材料費 ¥1,200
(おみやげ付)



「パンカフェしんしん」

「黒糖パン」

31日(土) 10:00〜
(定員5名)

受講費 ¥1,620
材料費 ¥700

(試食・6個持ち帰りあり)
丹治 真智子 (パンカフェ しんしん)



癒食kitchen主宰
三浦 智代江

「美肌ごはん」

〜ベジ春巻きセット
9日(金) 19:00〜
14日(水) 10:00〜
材料費 ¥1,100



野菜が美味しく食べられるごはん屋さん

「菜saiのお料理教室」

野菜の味を引き出そう!
少ない材料でもおしゃれ
ワンプレートごはん。

10日(土) 19:00〜
(5名から開講)

受講料 ¥1,620
材料費 ¥1,100

ささき かなこ (菜Saiオーナー)



「旬野菜料理レッスン」

〜キャベツレシピ
キャベツのサーモンポテトロール他

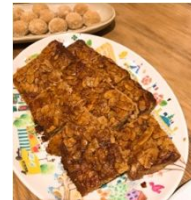
12日(月) 19:00〜
23日(金) 19:00〜
材料費 ¥1,100



「カラダに優しいスイーツ」

〜米粉のフロランタン

24日(土) 10:00〜
26日(月) 19:00〜
材料費 ¥1,500
(ラッピング付)



受講費は3講座とも ¥1,080

春休み企画 (@へーへ@)ノ

「さつまいもクッキーをつくら☆」

〜お子さま(小学1年生から)だけでも
おとなの方も親子でも参加できます〜
ソフトクッキーを作ってラッピング!!
30日(金) 13:00〜

(5名から開講)
受講費 ¥864
材料費 ¥800(ラッピング付)

真鍋 芳恵 (Y'sクッキング主宰 料理研究家)



告知! 小学生対象のクッキング講座開催予定

3月29日(木) 11:00〜参加費 ¥1,500

2月27日(火) 詳細はベルデ文化教室HPにて発表しますよ〜