

食育・花育センター 9月の料理教室のご案内

◆申込み期間

8月1日(水)～8月25日(土)

◆申込み方法(電話またはメール)

料理教室受付 ☎ 025-282-4189

メール shokuikukouza@ikutopia.com

※応募多数の場合は抽選とし、当選者のみに、

8月31日(金)までにはがきで案内文を送付します。



◎メールに記入する内容

- ・講座名・氏名・フリガナ・年齢
- ・郵便番号・住所・電話番号

※2人(組)まで同時申込み可能です。

※定員に達しない場合は中止になる講座もあります。

※親子教室につきましては、

お子様の氏名・フリガナ・年齢も明記ください。

手捏ねで簡単手作りパン

初心者でも簡単・失敗なし!手捏ねで2種類のパンを焼こう!

- 日時:9月6日(木) 10:30~14:00
- 参加費:1,200円 ■定員:一般 32人
- 講師:熊谷 れい子

<メニュー>

クリームパン・塩バターロール
パンツァネッラ(サラダ)



キッズキッチンの「お弁当」

子供たちだけで料理に挑戦!スタッフが丁寧に教えます♪

- 日時:9月9日(日) 10:30~13:00
- 参加費:1,200円 ■定員:3歳~4歳 10人
- 講師:キッズキッチンコミュニティ新潟

<メニュー>

鶏の照り焼き・おにぎり・みそ玉みそ汁
人参グラッセ

※保護者要見学



魚と旬野菜料理作り

アジをおろす!旬の野菜を使って美味しい料理を作ろう!

- 日時:9月16日(日) 10:30~14:00
- 参加費:1,300円 ■定員:一般 32人
- 講師:食生活改善推進委員協議会

<メニュー>

白ご飯・アジと野菜のおろし和え
ひじきサラダ・たまごスープ



片桐先生の秋を楽しむ家庭料理

秋の旬な食材で新潟らしい家庭料理を習おう!

- 日時:9月21日(金) 10:30~14:00
- 参加費:1,200円 ■定員:一般 32人
- 講師:片桐 佳子

<メニュー>

さつま芋おこわ・おろし蓮根のコロッケ・かき合え生酢
かぼちゃ白玉すまし汁・かぼちゃ白玉あんクリーム

いただきますを学ぶ

食べ物の大切さを学ぶ「食育」親子でピビンバを作ろう♪

- 日時:9月23日(日) 10:30~14:00
- 参加費:1,800円 ■定員:小学生の親子 16組
- 講師:木佐木 佳壽子

<メニュー>

ピビンバ・わかめスープ・紅茶ゼリー

※対象の子供1人追加に付き550円増し



ラー油とジャーチャー麺

手作りラー油と五香粉で本格的なジャーチャー麺を作ろう!

- 日時:9月29日(土) 10:30~14:00
- 参加費:1,500円 ■定員:一般 28人
- 講師:長谷川 智美

<メニュー>

ジャーチャー麺(秋バージョン)・ハーブティー
ラー油・五香粉作り(中国の代表的な混合香辛料)

新潟市食育・花育センター 〒950-0933 新潟市中央区清五郎 401 番地

☎ 025-282-4181 URL: <http://www.ikutopia.com/> 休館日:不定休

駐車場は90分間無料です。上記の教室に参加された場合はさらに90分間割引となり、合計180分間無料となります。