

つくる・たべるコース



		メニュー	内 容	対応地域
1	東部	食と生活に関する色々なテーマに応えます	調理から出る生ゴミのことなど、環境や暮らし、健康について学習しながら、家庭料理をお教えます。その他、手軽なパン・ケーキ・おやつ作り。食材丸ごと活用術など。	東部地域 他要相談
2	東部	お菓子作り	焼きっぱなしのケーキ・タルト類を中心に、お店でも販売しています。混ぜるだけで誰にでも簡単にできます。	富士市・富士宮市・他要相談
3	東部	Let's 親子 de 簡単クッキング	食べる事は生きる事。ちゃんと作り、ちゃんと食べる。簡単クッキングをママ(パパ)と子どもで楽しみながら、食育も一緒に学びましょう。	富士市・富士宮市・他要相談
4	東部	フランス菓子	家庭で作るお菓みに難しい技術はいりません。でもちょっとだけ丁寧に作るとびっくりするくらいおいしくなりますよ。	沼津市周辺
5	東部	お菓子作り	おとなも子どもも大好きな、簡単おいしい手軽なプリンを作りましょう。	東部地域
6	中部	お菓子作り	シンプルな材料で作るおやつから、本格的ケーキやデザートまで、初心者にも簡単に作れるレシピでお教えます。	静岡市
7	中部	お菓子作り・パン作り	簡単にできるお菓子やパンを、楽しみながら作りましょう！	要相談
8	中部	洋菓子作り	季節の果物を使って旬のケーキを作ります。子どもとのふれあいお菓子教室や、ヘルシーおやつなど、あらゆるお菓子作りに対応します。	中部地域
9	中部	からだにやさしい簡単料理	健康的なナチュラルになれる簡単で安全な料理。和風、洋風、etc、みんなで楽しく作りましょう。	要相談
10	中部	カンタン♪安心お菓子作り	♪食育の入り口、まずはお菓子作りから♪スピードカッターやレンジを使ってパパッと安心お菓子作り。栄養士と一緒に、子ども達に食の安全を伝えていきましょう！	要相談
11	中部	中華料理	中華料理の中でも、普段の家庭料理・炒め野菜や、皮から作る本場の餃子、小籠包などをお教えます。	島田市周辺
12	西部	簡単料理やお菓子・パン作り	かた苦しく考えず、まずは作ってみよう！やってみよう！と思ったら♪食育インストラクター、パンマイスターの資格あり。	要相談
13	西部	防災・節約クッキング	赤ちゃん(おんぶ可能な)から就園前の子どものいるご家庭での、防災、節約のアイデアを提供します。	掛川市・袋井市・菊川市
14	西部	シリーズ中華・家庭料理	中国浙江省から日本に。水餃子など中国で作っている家庭料理をご紹介します。ご家族に「おいしい…」という喜びと、褒める声を期待したいですね。さ、作りましょう！	西部地域・他要相談
15	西部	お菓子作り	作って“楽しい”見て“かわいい”手作りお菓子を楽しみましょう♪	要相談
16	西部	家庭料理	旬の魚や野菜を使ったヘルシーでおいしくて、簡単にできる料理と、体が喜ぶ野菜のおはなし。	浜松市、他要相談
17	西部	初心者のための家庭料理教室	身近にある食材を使用し、手軽においしい料理を作るコツを覚えてみませんか？食べた瞬間におもわず「ウフッ」っとほほえんでしまう、そんな「ウフッ」の講座へどうぞ♪	浜松市・磐田市
18	西部	家庭料理	洋食の調理師ですが、料理のジャンル、国籍等を問わず対応♪テーマが決まったらご相談ください。メニュー提案します。デザート付の美味しいお昼ごはん、ご一緒しましょう。	要相談