

# Spring menu

### こころとからだの元気は食事から

**先着** 【講師】 エコロクッキングスクール認定講師 鈴木 伸枝 氏

参加費 **4,500 円 / 名 (税込)**  
**柏の葉** 3/8 (日) 11:00～13:00  
※軽食付き

～発酵スイーツ～  
● チョコレート麺 チョコレート麺仕込み1袋  
● クルミのキャラメリゼ 6～8個

### Happy Bread

**先着** 【講師】 HappyBread 主宰 中川 久美子 氏

参加費 **4,000 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/25 (水) 10:30～13:30  
※紅茶、サラダ、当日のお楽しみパンの試食付き  
※お持ち帰り用の袋を持参ください。

● こねずに作れる春野菜フォカッチャ 4個  
● 新玉ねぎのポタージュ (お召し上がり)

### グルテンフリー健美腸活Cook

**先着** 【講師】 米菜日和 主宰 いんなみ 恵津子 氏

参加費 **5,500 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/7 (土) 11:00～14:30  
※「食と健康No.1」健康ミニセミナー付き  
※わんにゃんアンパン、米粉パン、野菜料理、お飲み物のランチ付き  
※お持ち帰り用の袋を持参ください。

● 甘みあっさり、わんにゃんアンパン 4個

### 基礎から習う ねりきり教室

**先着** 【講師】 手作りサロンWA 主宰 岩下 明日香 氏

参加費 **7,700 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/27 (金) 3/20 (金・祝) 3/24 (火) 各10:30～13:30  
※直径16cm丸型が入るお持ち帰り用の袋を持参ください。

～あんフラワークッキーとメレンゲクッキー～  
● 桜クッキー 25個  
● 紫色の小花 16個  
● 黄色のロザス 10個  
● メレンゲクッキー 80個

### おかしな時間

**先着** 【講師】 おかしな時間 主宰 菊池 成美 氏

参加費 **5,900 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/13 (金) 3/14 (土) 各10:30～13:30

● キャロットケーキ 直径約16～18cm丸型 1台

### スパイス家庭料理

**先着** 【講師】 スパイス料理家 山本 由里子 氏

参加費 **4,500 円 / 名 (税込)**  
**柏の葉** 3/6 (金) 11:00～13:30  
※お持ち帰りご希望の方は、容器を持参ください。

● 手打ちで楽しむ！花椒香るビャンビャン麺  
● 調合から仕上げる！スパイスナッツ 各1名分

### パンが焼けたよ！日々のパン

**先着** 【講師】 日々のパンの講師 ゆはら りえ 氏

参加費 **3,800 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/4 (水) 3/12 (木) 各10:30～12:30  
※パンに合うディップを紹介

～基本の米粉パン～  
● 丸パン 2個  
● 切りっぱなしパン 2個

### グルテンフリー健美腸活Cook

**先着** 【講師】 米菜日和 主宰 いんなみ 恵津子 氏

参加費 **11,000 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/20 (金・祝) 11:00～15:30  
※米粉、糖分、オイルの種類解説、実験  
※野菜料理解説とレシピ付き  
※マイビュアブレッド、バリエーションブレッド、野菜料理、お飲み物のランチ付き  
※マイビュアブレッドリピータ食材 (1回分) 付き  
※お持ち帰り用の袋を持参ください。

● マイビュアブレッド・プレーン 1斤

### 季節の和菓子 ide nori

**先着** 【講師】 大切なひとに贈りたくなる和菓子教室 主宰 井手 紀子 氏

参加費 **5,000 円 / 名 (税込)**  
**市川** 3/19 (木) 3/21 (土) 各10:30～13:30  
※手作りし和菓子付きティータイムあり

● 桜の琥珀糖 約3×3.5cm 6個  
● 桜もち (道明寺) 4個



# 2026 3 キッチンてらす KITCHEN TERRACE

MARCH

1day クッキング / どなたでもお気軽にご受講いただけます

京葉ガス キッチンてらす 2026年3月

### お申し込みについて

お申し込みはインターネットにて受け付けております。各コースにより定員数が異なるため、ホームページにて確認をお願いします。

※一部のコースを除き、先着制となります。  
(開催日の8日前までお申し込み可能)

**京葉ガス料理教室**

**抽選について**

抽選申し込み締切日：2026年2月15日 (日)

抽選結果は、上記の締切日翌日 (土日祝の場合は翌営業日) にメールにてお知らせします。必ずご確認ください。  
結果お知らせ後の再募集 (空席発生時のみ) は先着制となります。

スマホからはこちら

### 公式SNS

@keiyogas\_cooking

@386hvlxw

お得な情報をチェック！！

### 市川教室

千葉県市川市南八幡 3-14-1

.....

JR 総武線  
本八幡駅 南口より徒歩約3分

### 今月のテーマ

京葉ガス「きっちんてらす」では、  
2026年1月コースから毎月テーマを設定し、  
そのテーマに合わせたメニューを  
ご提供させていただきます！

### 4月のテーマ

## 桜咲く♪ 春のハッピーメニュー

▼イースターアメリカンドッグ  
うさぎをモチーフにした  
オリジナルアメリカンドッグ

▼プレミアム桜シフォンケーキ  
桜感満載の  
春限定シフォンケーキ

※詳しくは中面をご確認ください。

### 市川教室

千葉県市川市南八幡 3-14-1

.....

JR 総武線  
本八幡駅 南口より徒歩約3分

### 船橋教室

千葉県船橋市山手 1-1-8  
イオンモール船橋 1階

.....

東武アーバンパークライン  
新船橋駅 すぐ

### 柏の葉教室

千葉県柏市若柴 178-4  
ららぽーと柏の葉 北館 3階

.....

つくばエクスプレス線  
柏の葉キャンパス駅 すぐ

MAPはこちら

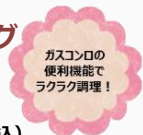


## - 親子クッキングメニュー -



### 昭和産業コラボ イースターアメリカンドッグ

【講師】京葉ガス料理教室講師



抽選



SHOWAホットケーキミックスを使用します！

- イースターアメリカンドッグ  
ウインナー 4本 バナナ 4個

参加費 **1,800** 円 / 組 (税込)

市川 3/26 (木)

船橋 3/25 (水)

柏の葉 3/27 (金)

各10:30~12:30



### 親子で作る いもむしパン

【講師】京葉ガス料理教室講師



抽選



- いもむしパン 5個

参加費 **3,900** 円 / 組 (税込)

柏の葉 3/21 (土)

10:30~13:00



### 親子で放課後クッキング スパムおにぎり

【講師】京葉ガス料理教室講師



先着



- スパムおにぎり 6個

参加費 **1,800** 円 / 組 (税込)

市川 3/11 (水)

船橋 3/12 (木) 3/17 (火)

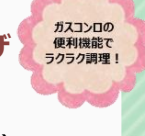
柏の葉 3/10 (火)

各15:30~17:00



### 親子で放課後クッキング おやつ&ごはんハーフピザ

【講師】京葉ガス料理教室講師



先着



- チョコマシュマロピザ  
マヨコーンピザ 計1枚

参加費 **1,800** 円 / 組 (税込)

市川 3/3 (火) 3/31 (火)

船橋 3/5 (木) 3/18 (水) 3/30 (月)

柏の葉 3/3 (火) 3/31 (火)

各15:30~17:00



### パンが焼けたよ！日々のパン

【講師】日々のパンの講師 ゆはら りえ 氏



先着



- ねじりマヨパン プチサイズ約20個

参加費 **3,500** 円 / 組 (税込)

市川 3/14 (土)

①10:30~12:30

②14:00~16:00

※お子さまは3歳以上12歳まで(2名まで)と保護者さま(1名)が参加可  
※お持ち帰り生地あり  
※初回限定！保存容器&保冷バッグプレゼント  
※2回目以降ご受講の方は、保存容器と保冷バッグを持参ください。



### 簡単！楽しい！お外ごはん

【講師】浜っ子倶楽部 齋藤 昭廣 氏

先着



- バインミー (ベトナムサンドイッチ) 3個  
レバーペースト 2~3名分

参加費 **5,500** 円 / 組 (税込)

船橋 3/28 (土)

10:30~12:30

※お子さまは4歳以上17歳まで(2名まで)と保護者さま(1名)が参加可



### ポルトボヌール

【講師】ポルトボヌール 鈴木 なほ 氏

先着



- さくらあんパン 4個

参加費 **4,000** 円 / 組 (税込)

船橋 3/1 (日) 3/15 (日)

各10:30~12:30

※お子さまは3歳以上12歳まで(2名まで)と保護者さま(1名)が参加可  
※お持ち帰り生地あり  
※ペットボトル1本分が入るサイズの保冷バッグを持参ください。



### Mrs.かんたんふ!!!!

【講師】Mrs.かんたんふ!!!! 丸山 悦子 氏

先着



～晴れの日ごはん～

- 餡3種のお花パイ (桜餡、抹茶餡、白餡) 直径約18cm 1個  
ハーブ香る豚内の塩釜焼き 長さ15×20cm 1個  
クリームスープパイ (お召し上がり)

参加費 **4,300** 円 / 組 (税込)

船橋 3/26 (木)

柏の葉 3/7 (土)

各10:30~13:00

※お子さまは4歳以上15歳まで(2名まで)と保護者さま(1名)が参加可  
※20×20cm、18×24cmの箱が入る袋を持参ください。



### 家族の笑顔あふれるパン教室

【講師】Mum's Kitchen 松下 有貴子 氏

先着



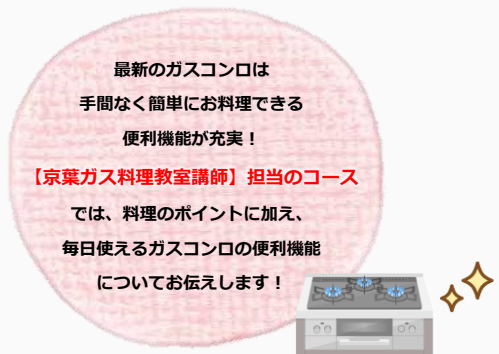
- さくらあんパン 4個

参加費 **4,000** 円 / 組 (税込)

柏の葉 3/14 (土) 3/22 (日)

各10:30~12:30

※お子さまは3歳以上12歳まで(2名まで)と保護者さま(1名)が参加可  
※お持ち帰り生地あり  
※お持ち帰り用の保冷袋を持参ください。



## - 本格クッキングメニュー -



### 本格スイーツ プレミアム桜シフォンケーキ

【講師】京葉ガス料理教室講師

先着



- プレミアム桜シフォンケーキ 直径17cmシフォン型 1台

参加費 **4,300** 円 / 名 (税込)

船橋 3/19 (木)

柏の葉 3/13 (金)

各10:30~13:30

※21×21×17cmのケーキ箱が入る袋を持参ください。



### 手ごねで作る さくらクルミあんぱん

【講師】京葉ガス料理教室講師

先着



- さくらクルミあんぱん 6個

参加費 **3,900** 円 / 名 (税込)

市川 3/5 (木)

船橋 3/10 (火)

柏の葉 3/24 (火)

各10:30~13:00



### 春を味わう、 バランスごはんで元気チャージ！

【講師】京葉ガス料理教室講師



先着



- 豚ヒレ肉のソテー  
バターライス 各2名分

参加費 **3,000** 円 / 名 (税込)

市川 3/24 (火)

船橋 3/4 (水)

柏の葉 3/30 (月)

各10:30~13:00



### 大人の放課後クッキング はりねずみパン

【講師】京葉ガス料理教室講師



先着



- はりねずみパン 5個

参加費 **1,800** 円 / 名 (税込)

市川 3/18 (水)

船橋 3/11 (水)

柏の葉 3/17 (火)

各15:30~17:00



土井クッキングアドバイザーに習う  
ライフ・ファリーヌ ★★

### 毎日の手ごねパン

【講師】スタジオ・カミングスーン 主宰 土井 かおる 氏

先着



- スプリングストロベリーブール 直径10cm 5個  
ハニーレモンティー (お召し上がり)

参加費 **4,500** 円 / 名 (税込)

船橋 3/9 (月)

10:30~13:30



土井クッキングアドバイザーに習う  
ライフ・ファリーヌ ★★

### ほっこりアフタヌーンティー

【講師】スタジオ・カミングスーン 主宰 土井 かおる 氏

先着



- ベリー・ベリーロール 直径8cm×長さ24cm 1本  
ストロベリートライフル (お召し上がり)  
オレンジグリーンティー (お召し上がり)

参加費 **4,500** 円 / 名 (税込)

船橋 3/29 (日)

10:30~13:30

### Cream tea Time

【講師】日英アフタヌーンティー協会認定講師 佐藤 夏子 氏

先着



- さくらとベリーのスコーン 6個  
いちごジャム 50g  
抹茶ラテ (お召し上がり)

参加費 **5,000** 円 / 名 (税込)

船橋 3/21 (土)

10:30~13:30

### お店の味をご家庭で☆本格中国料理

【講師】文菜華オーナーシェフ 渡辺 展久 氏

抽選



参加費 **5,500** 円 / 名 (税込)

柏の葉 3/5 (木)

10:30~13:30

- レタスチャーハン  
春野菜と豆腐のとろみスープ  
フィナンシェ 各1名分

※各コースの写真はイメージです。食材の仕入れ状況等により、メニューが変更となる場合がございます。 ※お作りいただいたお料理は、ご飲食もお持ち帰りも可能です。(感染症などの状況により、変更となる場合がございます。) ※一部のコースを除き、18歳以上の方が対象です。 ※最少催行人数は2名(一部コースを除く)です。これに満たない場合、開催が中止となる場合がございます。 ※コースの内容により、参加対象年齢が異なる場合がございます。あらかじめ参加条件をご確認の上、お申込みください。なお、講師の紹介は「京葉ガス料理教室ホームページ」の講師一覧をご覧ください。

※以下のマークが表示されているコースは対象年齢が異なります。



4歳から中学生までのお子さまが参加いただけます。  
(保護者さま1名のお申込みで、お子さま2名参加可能)  
※一部コースを除く



平日の放課後(15時30分～)のコースです。  
4歳から中学生までのお子さまが参加いただけます。  
(保護者さま1名のお申込みで、お子さま2名参加可能)