

日		月	火	水	木	金	土
日							1
朝							パン教室
							(堀) 本草薬膳学院 大阪校
2		3	4	5	6	7	8
(堀) 本草薬膳学院 大阪	朝			(堀) 本草薬膳学院 大阪校	キャリア マーラータン 茄子のナムル パインとヨーグルトゼリー	薬膳実習 立冬の薬膳	薬膳実習 立冬の薬膳
	夜				キャリア マーラータン 茄子のナムル パインとヨーグルトゼリー		(昼) 薬膳基礎 心と夏の薬膳 夏の薬膳
9		10	11	12	13	14	15
(堀) 薬膳出張講座	朝			ベーシック ハッシュドビーフ バターライス フルーツサラダの 柿ソース			(堀) 本草薬膳学院 大阪校
	夜			ベーシック ハッシュドビーフ バターライス フルーツサラダの 柿ソース			
16		17	18	19	20	21	22
(堀) 本草薬膳学院 大阪	朝			(堀) 本草薬膳学院 大阪校	天然酵母 パン教室 copain		
	夜						
23		24	25	26	27	28	29
朝			出張薬膳講座 西公民館	ベーシック 肉まん あんまん きのこのスープ	出張薬膳講座 まなびあむ	薬膳基礎 病因学説とは 痰飲証の薬膳	
	夜			ベーシック 肉まん あんまん きのこのスープ			