

大東ガスのガスをご利用のお客さま

700円

大東ガスのガスをご利用でないお客さま

800円

## プチクッキング予約時間

- ① 10:10 (スタート10:20) ② 11:50 (スタート12:00)  
③ 13:30 (スタート13:40) ④ 15:10 (スタート15:20)

※電話または、店頭で予約が必要です。

**予約方法①** DAITOでんきご利用のお客さまの予約制度は継続いたします。

※最後のページをご覧ください。

**予約方法②** 予約は、前営業日16時～18時(留守番電話不可)

当日10時より各店舗先着順にて承ります。

ご予約の際に大東ガスの「ガス」または「でんき」のお客さま番号をスタッフにお伝えください。  
グループでの応募は、代表者がお申し込みください。申し込みの際にグループ全員のフルネーム/

**大東ガスのガスをご利用している方**・**大東ガスのガスをご利用でない方**の人数をお伝えください。

グループで申し込める人数は、各店舗ごとに異なります。

持ち物：お持ち帰り用マイバック・ハンドタオル・飲み物

●富士見●

049-268-5525

ミニカスタードシュークリーム

5～6cm 8個



●志木●

048-470-1925

抹茶まん・旨味噌チャーシューまん

あんまん3個・チャーシューまん3個



●朝霞●

048-460-4550

お花の黒ごまあんパン  
～豆腐仕込み～

10cm弱 6個



●川口・鳩ヶ谷●

048-285-8422

トルタ・カプレーゼ・ピッコロ

6cm 6個



日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
休	休	休	休	休	休	休
5	6	7	8	9	10	11
休	△	○	休	○	○	○
12	13	14	15	16	17	18
○	○	○	休	○	×	○
19	20	21	22	23	24	25
×	○	×	休	○	○	○
26	27	28	29	30	31	1
×	×	×	休	○	○	○

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
休	休	休	休	休	休	休
5	6	7	8	9	10	11
休	△	○	休	×	○	○
12	13	14	15	16	17	18
○	×	○	休	○	×	○
19	20	21	22	23	24	25
○	×	○	休	×	×	○
26	27	28	29	30	31	1
○	○	×	休	×	×	○

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
休	休	休	休	休	休	休
5	6	7	8	9	10	11
休	△	○	休	○	○	○
12	13	14	15	16	17	18
○	○	×	休	○	×	×
19	20	21	22	23	24	25
×	○	×	休	○	○	○
26	27	28	29	30	31	1
○	×	×	休	×	×	○

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1	2	3	4
休	休	休	休	休	休	休
5	6	7	8	9	10	11
休	△	○	休	○	○	×
12	13	14	15	16	17	18
○	○	×	休	○	○	○
19	20	21	22	23	24	25
○	×	×	休	○	×	×
26	27	28	29	30	31	1
×	○	○	休	×	○	○

年末年始休暇のお知らせ (12/28～1/5)

△・・・②③④ の開催になります。

## F0109スイーツ



- 2025/01/09 (木) 10:30-13:30
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] かわごえ 直子

りんごの薄焼きパイ (6枚実習、1枚ご試食) / シブーストなクレームブリュレ (デモ・ご試食) / 薄焼きパイ生地使ってアレンジパイ (デモとご試食のみ) / Wなりんごの紅茶

りんご風味が口いっぱいになりサクサクのパイ。お手軽にできて、癖になる美味しさです。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：8名

申込期限：12月26日 (木)

## F0110パン



- 2025/01/10 (金) 10:30-14:00
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 岡本 潤子

トロペジェンヌ/トリュフチョコ/カリフラワーのスープ

ブリオッシュ生地の中に軽い食感のクリームをサンドしたフランスのおしゃれなクリームパンのご紹介。トリュフチョコはドライフルーツやナッツをチョコでコーティングした、ギルトフリーなデザート。カリフラワーのスープはデモのみです。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：12名

申込期限：12月26日 (木)

## F0113料理



- 2025/01/13 (月) 10:30-13:30
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 橋本 ひとみ

チムタク (韓国春雨と鶏肉の煮込み) / こんがり豚肉と豆もやしのビビンバ / ほうれん草のみそナムル / ゆず茶プリン

韓国女性に大人気のチムタクは、野菜がたくさん入った鶏肉の煮物です。ビビンバと副菜。デザートもついたボリュームのある韓国料理です。

対象：大人

定員：12名

申込期限：12月26日 (木)

## F0116パン



- 2025/01/16 (木) 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 荻山 和也

4つ折り2回のクロワッサン (手仕込み6個) / 甘いカボチャのミルクパンズ (機械仕込み4個)

バターを16層に折り込むクロワッサンと、砂糖を高配合しミルクで仕込む、甘いカボチャのパンズを作ります。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：12名

申込期限：1月5日 (日)

## F0117パン



- 2025/01/17 (金) 10:30-13:30
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 川村 進

中華蒸しパン花巻 (6個) / デモ&試食のみ⇒海老チリ、スープ

ほんのり甘くふわふわした食感が美味しい中華点心のひとつ、花巻 (ホアジュアン) を作ってお持ち帰りです。料理長のエビチリの試食とお楽しみください。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：8名

申込期限：1月5日 (日)

## F0118料理



- 2025/01/18 (土) 10:30-13:30
- 2,500円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 永吉 峰子

海鮮恵方巻 / 豆乳とフルーツのゼリー / 大豆とレンコンのきんぴら / 和風ピクルス / 野菜たっぷりけんちん汁

節分にぴったりの恵方巻と大豆を使ったヘルシーメニューを管理栄養士がご紹介いたします。

対象：大人

定員：12名

申込期限：1月5日 (日)

## F0119キッズ



- 2025/01/19 (日) 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 木村 倫代

チキンのポテトグラタン他2品

お子様が2食分作って、家族をご招待します♪かわいいシェフがお出迎えしますので、保護者の方は、13時にご来店ください。

対象：小学生

定員：2名

申込期限：1月5日 (日)

## F0121特別講座



- 2025/01/21 (火) 10:30-12:30
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 鳴嶋 廣美

茨城県筑西市のご紹介。試食あり。お土産付き。

日本の食で健康と幸せを提案する管理栄養士の鳴嶋廣美先生が、筑波山の麓に広がる風光明媚なまち「筑西」の食や農業をご紹介しながら、新しい食の発見や健康につながる情報をお伝えします。

対象：大人

定員：20名

申込期限：1月7日 (火)

## F0123料理



- 2025/01/23 (木) 10:30-14:00
- 2,500円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 吉田 勝幸

ジューシーハンバーグ/野菜の煮込み添え/魚介と野菜のマリネサラダ仕立て/さつま芋のポターージュ/キャロットケーキ

洋食のシェフが家庭料理の定番ハンバーグをふっくらジューシーに仕上げるコツをお伝えします。旬の野菜を使った付け合わせ、スープ、デザートも作ります。

対象：大人

定員：12名

申込期限：1月9日 (木)

## F0125a親子スイーツ



- 2025/01/25 (土) 10:30-12:30
- 800円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] プチプラムスタッフ

ショコラシフォン (5cm)

メレンゲがポイントのふわふわのチョコレートシフォンケーキを、親子で楽しく作りましょう♪

対象：大人1名。お子様2名まで。  
※4歳以上小学生以下

定員：4組

申込期限：1月11日 (土)

## F0125b親子スイーツ



- 2025/01/25 (土) 14:00-16:00
- 800円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] プチプラムスタッフ

ショコラシフォン (15cm)

メレンゲがポイントのふわふわのチョコレートシフォンケーキを、親子で楽しく作りましょう♪

対象：大人1名。お子様2名まで。  
※4歳以上小学生以下

定員：4組

申込期限：1月11日 (土)

## F0127カルチャー



- 2025/01/27 (月) 10:30-12:30
- 4,400円 (税込)
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 仲村 有希子

青い花々のアレンジメント

プリザーブドフラワーやドライフラワー、アーティフィシャルフラワーならではの美しい青色をいかしたフラワーアレンジメントです。初心者の方も美しく完成出来ますので安心してご参加くださいませ。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：6名

申込期限：1月13日 (月)

## F0128料理



- 2025/01/28 (火) 10:30-13:30
- [店舗] プチプラム富士見
- [講師] 川口 淑恵

ハントライス/めった汁/きんつば

金沢を応援しよう！金沢のご当地グルメハントライスはオムライスにフライをトッピングして、ケチャップ、タルタルソースをかけた洋食です。めった汁は具だくさんの豚汁です。

対象：大人

定員：12名

申込期限：1月14日 (火)

## S0109 その他



- 2025/01/09 (木)  
10:30-13:00
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]橋本 ひとみ

小松菜のキムチ/ムルキムチ/チュモクパブ/テンジャンク

小松菜のキムチ約500g、ムルキムチ約700g、はお持ち帰り。チュモクパブ（韓国のおにぎり）テンジャンク（味噌スープ）はデモンストレーションです。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:12月26日(木)

## S0113 スイーツ



- 2025/01/13 (月)  
10:30-14:00
- 2,800円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]木村 倫代

ガレット・デ・ロワ

王様のお菓子という意味のフランスのお菓子。新年祝うフランスの菓子です。パイ生地から手作りします、生地の中にフェーブを、表面には特徴的な模様を描き仕上げます。持ち帰りの箱は用意しております。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:12月26日(木)

## S0117 パン



- 2025/01/17 (金)  
10:30-14:00
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師] 川口 淑恵

ツナオニオンパン/  
ドックパン/  
お楽しみスープ

白神こだま酵母を使って美味しいパンを焼きましょう！調理パンで人気のツナオニオンパンとシンプルで美味しいドックパンを作ります。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:1月5日(日)

## S0120 食育



- 2025/01/20 (月)  
10:30-13:30
- 800円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]鳴嶋 廣美

【減らソルト】  
青菜と桜エビの巣ごもり味噌汁/しいたけ入りツナと昆布のつくだ煮/かぼちゃのサラダ/節分豆ごはん  
寝たきりや認知症に直結しやすいフレイル。フレイルを防ぐ栄養素は足りていますか？簡単に美味しいフレイル予防の献立のコツを楽しくおいしく学びましょう♪  
対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:1月6日(月)

## S0123 料理



- 2025/01/23 (木)  
10:30-13:30
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]畔野 英里

<フルーツづくし> 栗とベーコンのスパゲティ/ミニミニアップルパイ/フルーツ白和え

スーパーなどで気軽に手に入るフルーツを使ったメニューです。どれも簡単に作れて見た目も華やか。おもてなし料理にもなりますよ。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:1月9日(木)

## S0124 料理



- 2025/01/24 (金)  
10:30-13:30
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]かわごえ 直子

冬野菜たっぷりポトフ風スープ/グリン野菜~ブルーチーズソース/プチごまパン/ショコラオレンジ（水切りヨーグルトで作るお洒落なデザート）

冊子に掲載されたオリジナルレシピをご紹介します。旬野菜たっぷり、お洒落なメニュー。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:1月10日(水)

## S0130 カルチャー



- 2025/01/30 (木)  
11:00-12:30
- 3,500円 (税込)
- [店舗] プチフラム志木
- [講師]福田 知美

カルチャー『HANA\*遊びS』  
春のウキウキアレンジメント

一足早く春を感じるカラフルなお花たちのアレンジメントを作ります。

対象:大人  
※お子様連れはご遠慮ください  
定員:8名  
申込期限:1月16日(木)

## A0114 料理



- 2025/01/14 (火)
- 10:30-13:00
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] 橋本 ひとみ

チャタモリ/海老の簡単スパイス炒め/ムングダル/サフランライス/パイナップルラッシー

チャタモリはネパールのネワール族の郷土料理でクレープのようなお好み焼きのような肉、野菜、卵入りのスナックです。ムングダルは緑豆のスープです。

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:12月26日(木)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## A0119 スイーツ



- 2025/01/19 (日)
- 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] 笹野 浩之
- ひな菓子 (練切製)

「桃の節句」にちなみ、雛祭りで使われる可愛いお菓子です。今回は電子レンジを使用して家庭でも簡単に作れるように工夫しています。練切餡の製作から果物までの仕上げを十分に堪能して頂きます！各2個ずつ作って頂く予定です。参加をお待ちしています！

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:1月5日(日)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## A0121 スイーツ



- 2025/01/21 (火)
- 10:30-13:30
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] 大嶋 雅子

季節の紅茶とオートミールビスケット

この季節におすすめの紅茶紹介と淹れ方のレッスン、そして食物繊維たっぷりのオートミールを加えたサクッと軽いビスケットを作ります。

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:1月7日(火)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## A0127 料理



- 2025/01/27 (月)
- 10:30-13:30
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] かわごえ 直子

冬野菜たっぷりポトフ風スープ/グリン野菜~ブルーチーズソース/プチごまパン/ショコラオレンジ (水切りヨーグルトで作るお洒落なデザート)

冊子に掲載されたオリジナルレシピをご紹介します。旬野菜たっぷり、お洒落なメニュー。

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:1月13日(月)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## A0128 スイーツ



- 2025/01/28 (火)
- 10:30-14:00
- 2,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] 木村 倫代

ガレット・デ・ロワ

王様のお菓子という意味のフランスのお菓子。新年祝うフランスの菓子です。パイ生地から手作りします、生地の中にフェーブを、表面には特徴的な模様を描き仕上げます。持ち帰りの箱は用意しております。

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:1月14日(日)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## A0131 パン



- 2025/01/31 (金)
- 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム朝霞
- [講師] 川口 淑恵

栗粉のカンパーニュ/まるパン/お楽しみスープ

白神こだま酵母を使って美味しいパンを焼きましょう！強力粉と栗の粉でほんのり甘い栗粉のカンパーニュとシンプルなるまるパンを作ります。デモンストラクションでお楽しみスープを作ります。

- 対象:大人
- 定員:4名
- 申込期限:1月17日(金)
- ※お子様連れはご遠慮ください。
- ※駐車場はありません。

## K0111 パン



- 2025/01/11 (土)
- 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 田中 久美子

フィンランド風シナモンロール (5個) / 2層の宇治抹茶プリン (4個) / 里芋の豆乳ポタージュ (デモのみ)

カルダモンとシナモンを巻き込んで、かわいらしく成形するパンです。濃厚な宇治抹茶を使ったプリンを豪華に仕上げましょう。※保冷剤をご持参ください

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：12月26日 (木)

## K0114 パン



- 2025/01/14 (火)
- 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 川口 淑恵

セモリナ粉のパン / かぼちゃあんぱん / 白菜の簡単シチュー

白神こだまを使って美味しいパンを焼きましょう！強力粉とセモリナ粉の生地を口ゼット型で型押しをして可愛く成形♪ふわっと軽い口当たりのパンとかぼちゃあんぱんを作ります。デモで白菜の簡単シチューを作ります。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：12月26日 (木)

## K0120 パン



- 2025/01/20 (月)
- 10:30-14:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 岡本 潤子

ヴィエノア / フォカッチャ / オニオングラタンスープ

フランスのコッペパンのようなヴィエノア。特徴は斜めに入ったクープ。プレーンとチョコ味の2種類を作ります。長時間発酵のフォカッチャは人気の一品。オニオングラタンスープはデモのみです。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：1月6日 (月)

## K0121 その他



- 2025/01/21 (火)
- 10:30-13:00
- 2,000円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 畔野 英里

<ごま豆腐づくり>デモ&試食⇒手作りごま豆腐を3種類の味わいで

吉野本葛とねりごまで一から手作りするごま豆腐を作ってお持ち帰り頂きます。ごまの香りが豊かでもちもち&ぶるんとした食感が魅力的。普段の食卓でもおもてなし料理としても楽しめますよ。※容器&袋はこちらで用意します。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：1月7日 (火)

## K0124 料理



- 2025/01/24 (金)
- 10:30-13:30
- 1,800円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 木村 倫代

びっくり玄米 (浸水無しでたける玄米の炊き方) / 温野菜サラダ / 白身魚のトロふわ蒸し / 煮干しの味噌汁

お正月に食べすぎた腸を休ませる大人の食育メニューです。管理栄養士が考えたカラダに優しいお食事を作ります。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：1月10日 (金)

## K0130 パン



- 2025/01/30 (木)
- 10:30-14:00
- 2,200円 (税込)
- [店舗] プチプラム川口・鳩ヶ谷
- [講師] 荻山 和也

ハムチーズデニッシュ (手仕込み6個) / 全粒粉のピタパン (機械仕込み4枚) / チキンのポルチーニクリーム煮込み (デモンストレーション)

ハムとチーズを使った塩味のデニッシュと、香ばしいピタパン、ポルチーニが香る、チキンのクリーム煮込みを作ります。

対象：大人※お子様連れはご遠慮ください。

定員：4名

申込期限：1月16日 (木)

# 年末年始休暇のお知らせ

日頃は、プチフラムをご利用いただきありがとうございます。  
プチフラム全店舗では、誠に勝手ながら  
下記日程を冬期休暇とさせていただきます。

12/27  
金

通常営業

12/28～1/5  
土～日

定休日

1/6  
月

通常営業



**DAITOでんきご利用のお客さま必見**  
日時指定のプチクッキング予約ができます♪



開催期間

開催期間 1月9日(木)～1月31日(金)  
予約開始日 1月6日(月)～1月28日(火)  
予約受付時間 11時～18時

併用予約が  
可能です！

対象

- ・DAITOでんき新規ご加入者さま、および既にDAITOでんきをご利用いただいているお客さま限定！  
**大人気のプチクッキングがご予約いただけます！！**
- ・期間中、各店舗1回ずつ(1世帯2セット・2名まで)ご予約が可能です。グループでの応募は出来ません。
- ・ご希望のお日にちの2営業日前までにご予約ください。この機会に是非ご検討ください。

● **新しくDAITOでんきにお申込みいただくお客さま**

- ・ご来店またはホームページでDAITOでんきへのお申し込みの上、ご予約下さい。
- ・DAITOでんきへのお申し込みには、現在ご利用の電気 の検針票が必要となります。必ずご持参ください。

● **DAITOでんきをご利用のお客さま**

- ・お電話でご予約下さい。ご予約をされるお客さまは ご予約時DAITOでんきのご利用確認をさせていただきます。

※ご予約は先着順となるためお申し込み状況によりご希望のお日にちにご予約が取れない可能性があります。予めご了承ください。  
※本制度は、同時開催しておりますが、ご予約できる開催日時やメニューは店舗により異なります。

DAITOでんきでガスも  
電気もセットでおトク！

ガス料金も 2%おトクに！