

● 試作会出品レシピ ●
太枠内すべてご記入ください。

● 出品日 20 年 月 日

● 受講生NO.

● 氏名

●コース(○をつける) 上級：新宿校（デイ・ウィークエンド）・姉妹校(校)

師範科： デイ ・ ウィークエンド

● 料理名

※上級：参考レシピ名 (担当講師：)

● 材料

● 手順

●感想

* 出品レシピと料理の写真(当校にて撮影)は、月刊マクロビオティック・マクロビオティックweb等、日本CI協会が管理する媒体に掲載されることがございます。了承されない方は、右に×をつけて下さい。

* 提出いただいたレシピは返却いたしません。必要な方は予めご自身用控えをとっておいてください。

レシピ利用