● 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)　　アドバンス（上級）：新宿校（デイ・ウィークエンド）・姉妹校(　　校)

マスター（師範科）： デイ ・ ウィークエンド

● 料理名

※アドバンス：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。

レシピ利用

＊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。