

～4月のメニュー～

初心者 第1週	1	(月)	PM	お休み週
	2	(火)	AM・PM	
本科 第1週	3	(水)	AM・PM	お休み週
	4	(木)	PM	
初心者 第2週	8	(月)	PM	肉じゃが かぶのあちら漬け 三つ葉と豆腐のみそ汁
	9	(火)	AM・PM	
本科 第2週	10	(水)	AM・PM	鶏とこんにゃくの煮物 えびとグリーンピースの炒め物 ザーサイ豆腐
	11	(木)	PM	
初心者 第3週	15	(月)	PM	サンドイッチ 春キャベツのスープ カスタードプリン
	16	(火)	AM・PM	
本科 第3週	17	(水)	AM・PM	スタッフドピーマン クラムチャウダー スナップエンドウのサラダ
	18	(木)	PM	
初心者 第4週	22	(月)	PM	しゅうまい きくらげの炒め物 豆腐とザーサイのスープ
	23	(火)	AM・PM	
本科 第4週	24	(水)	AM・PM	サワラの木の芽焼き ふきのごま和え 鶏団子のお吸い物
	25	(木)	PM	

～5月のメニュー～

初心者 第1週	6	(月)	休み	豚肉の野菜巻き きゅうりのしょうが漬け 若竹汁
	7	(火)	AM・PM	
本科 第1週	8	(水)	AM・PM	焼き豚 五目野菜のオイスターソース きゅうりの中華風和え物
	9	(木)	PM	
初心者 第2週	13	(月)	AM・PM	ハンバーグ ジュリアンスープ
	14	(火)	PM	
本科 第2週	15	(水)	AM・PM	かつおの竜田揚げ わかめのきんぴら 春キャベツと油揚げのみそ汁
	16	(木)	PM	
初心者 第3週	20	(月)	PM	カレーの煮付け 厚焼き玉子 にんじんの土佐酢
	21	(火)	AM・PM	
本科 第3週	22	(水)	AM・PM	鉄火丼 鶏のごま味噌焼き じゅんさいの酢の物
	23	(木)	PM	
初心者 第4週	27	(月)	PM	鶏のから揚げ ニラの和え物 レタスとベーコンのスープ
	28	(火)	AM・PM	
本科 第4週	29	(水)	AM・PM	コッテージパイ スモークサーモンとレタスのサラダ クリームチーズのカナッペ
	30	(木)	PM	

～6月のメニュー～

初心者 第1週	3	(月)	PM	とんかつ オランダこんにゃく アサリのおみそ汁
	4	(火)	AM・PM	
本科 第1週	5	(水)	AM・PM	悪魔のチキン 焼き野菜のサラダ カブのクリームスープ
	6	(木)	PM	
初心者 第2週	10	(月)	PM	焼きそばオイスターソース 春雨サラダ トマトのスープ
	11	(火)	AM・PM	
本科 第2週	12	(水)	AM・PM	フォーガー 揚げ春巻き ベトナムサラダ
	13	(木)	PM	
初心者 第3週	17	(月)	PM	チキンライス目玉焼きのせ グリーンサラダ コーンクリームスープ
	18	(火)	AM・PM	
本科 第3週	19	(水)	AM・PM	アジのお作り酢みそ仕立て ナスの揚げびたし 卵の花
	20	(木)	PM	
初心者 第4週	24	(月)	PM	ちらしずし いんげんのごまよごし かき玉汁
	25	(火)	AM・PM	
本科 第4週	26	(水)	AM・PM	えびの唐辛子炒め 半月卵の醤油煮 鶏ときゅうりの和え物
	27	(木)	PM	

※日程は変更になる場合もありますのでご了承下さい。

