

～4月のメニュー～

| | | | |
|------------|-------|-------|--------------------------------|
| 初心者 第1週 | 2(月) | AM・PM | 肉じゃが、かぶのあちゃら漬け、三つ葉と豆腐の味噌汁 |
| | 3(火) | PM | |
| 本科 第1週 | 4(水) | AM・PM | 露めし、ふき味噌、小エビとそうめんのすまし汁、桜もち |
| | 5(木) | PM | |
| 初心者 第2週 | 9(月) | PM | お休み週 |
| | 10(火) | AM・PM | |
| 本科 第2週 | 11(水) | AM・PM | お休み週 *11日19:00～そば打ち教室 |
| | 12(木) | PM | |
| 初心者 第3週 | 16(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 |
| | 17(火) | AM・PM | |
| 本科 第3週 | 18(水) | AM・PM | 鶏とがゆナツの炒め物、白身魚の甘酢あんかけ、根みつばの和え物 |
| | 19(木) | PM | |
| 初心者 第4週 | 23(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 |
| | 24(火) | AM・PM | |
| 本科 第4週 | 25(水) | AM・PM | スコッチエッグ、白インゲン豆のスープ、イチゴミルクゼリー |
| | 26(木) | PM | |

～5月のメニュー～

| | | | |
|------------|-------|-------|-----------------------------------|
| 初心者 第1週 | 7(月) | AM・PM | 豚肉の野菜巻き、きゅうりのしょうが漬け、若竹汁 |
| | 8(火) | PM | |
| 本科 第1週 | 9(水) | AM・PM | アジのたたき(さばきます)、かやくごはん、新ジャガとせりのお味噌汁 |
| | 10(木) | PM | |
| 初心者 第2週 | 14(月) | PM | ハンバーグ、ジュリアンスープ |
| | 15(火) | AM・PM | |
| 本科 第2週 | 16(水) | AM・PM | ジャージャー麺、エビ団子のスープ、開口笑(ごまドーナツ) |
| | 17(木) | PM | |
| 初心者 第3週 | 21(月) | PM | カレーの煮付け、厚焼き玉子、にんじんの土佐酢 |
| | 22(火) | AM・PM | |
| 本科 第3週 | 23(水) | AM・PM | チキンピカタ、なすのグラタン、ジャガイモのアイオリソース |
| | 24(木) | PM | |
| 初心者 第4週 | 28(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 |
| | 29(火) | AM・PM | |
| 本科 第4週 | 30(水) | AM・PM | サモサ、サフランスープ、オクラのサブジ |
| | 31(木) | PM | |

～6月のメニュー～

| | | | |
|------------|-------|-------|-----------------------------------|
| 初心者 第1週 | 4(月) | PM | とんかつ、オランダこんにゃく、アサリのお味噌汁 |
| | 5(火) | AM・PM | |
| 本科 第1週 | 6(水) | AM・PM | イワシのしょうが煮、ふくさ焼き、野菜のごまだれ |
| | 7(木) | PM | |
| 初心者 第2週 | 11(月) | PM | 焼きそば(オイスターソース味)、はるさめサラダ、トマトのスープ |
| | 12(火) | AM・PM | |
| 本科 第2週 | 13(水) | AM・PM | ピヨンス(水餃子)、にんにくの芽の炒め物、タコのピリ辛和え |
| | 14(木) | PM | |
| 初心者 第3週 | 18(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 |
| | 19(火) | AM・PM | |
| 本科 第3週 | 20(水) | AM・PM | 豚ばら肉のビール煮、ジャーマンポテト、レタスのサラダ |
| | 21(木) | PM | |
| 初心者 第4週 | 25(月) | PM | ちらしずし、いんげんのごまよごし、かき玉汁 |
| | 26(火) | AM・PM | |
| 本科 第4週 | 27(水) | AM・PM | 梅とツナのスパゲッティ、モッツアレラの揚げ出し、アメリカンクッキー |
| | 28(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。