

2021年予定表（男性クラス）

11月	応用	11月4日	ミートローフ	コブサラダ	セロリと卵のスープ
	基本	11月11日	魚のホイル焼き	キャベツの煮びたし	豚汁
	応用	11月18日	蒸し鶏	野菜の揚げ物中華風	白菜丸子湯
	基本	11月25日	きこりのペンネ	ほうれん草のココット	きのこのガーリックソテー

12月	応用	12月2日	豚の角煮	春菊の白和え	お吸い物
	基本	12月9日	石焼きビビンバ	チョレギサラダ	のりのスープ
	応用	12月16日	ビーフシチュー	コンポジションサラダ	メレンゲココ

* 12/23～25 クリスマスケーキ教室

* 12/29、12/30 おせち料理教室