

2026年男性クラス予定表

3月5日	豆腐とひき肉の煮物	小松菜のサラダ	卵豆腐のみそ汁	焼き桜
3月12日	中華おこわ	エンドウと卵の炒めもの	坦々スープ	杏仁ロール
3月19日	鶏と大根の炒め煮中華	いかとネギの和え物	アサリと白菜のスープ	ウーピーパイ
3月26日	菜の花と小エビのパスタ	クリームシチュー	コールスローサラダ	チヨコチップスコーン
4月2日	かやくごはん	アジの煮つけ	フキのみそ汁	茶通
4月9日	じゃがいもと牛肉の甘辛煮	鶏のわさび和え	たけのこのみそ汁	いちご大福
4月16日	鶏つくねの炊き合わせ	めかぶと長いもの和え物	はまぐりのお吸い物	にんじんケーキ
4月23日	エビのチリソース煮	青梗菜と卵の炒め物	鶏ひきと干シイタケのスープ	ブッセ