

## 令和7年度 家庭料理科 予定表⑥

日 程	メ ニ ュ 一	ポ イ ン ト
1／ 6(火) 7(水) 10(土)	<u>日本料理</u> 豚肉と野菜の南蛮みそ炒め 長芋と桜海老の酢のもの ごぼうとひじきの炊込みごはん	知って便利な南蛮みそ 知つておきたい長芋のアク抜きと切り方 ごぼうのささがきの仕方とひじきの戻し方
1／13(火) 14(水) 17(土)	<u>西洋料理</u> タコのヴェルデソース マカロニグラタン 生チョコ グランマニエ風味	パセリたっぷりでおしゃれなソース 洋食の定番 バレンタインのプレゼントは手作りで！！
1／20(火) 21(水) 24(土)	<u>中国料理</u> あさりの中国風おかゆ 豚肉とれんこんの黒酢あん 白菜とザーサイの中国風あえもの	身体が温まる中華がゆのコツ れんこんが入った黒酢の酢豚 白菜をシャキシャキに切るコツ
<p>※ 1／27(火)、1／31(土)は、調整日で休みです。            ↓            この分の授業は、2／10(火)、2／14(土)になります。</p>		
1／28(水) <b>※2／10(火) ※2／14(土)</b>	<u>日本料理</u> 鶏肉の信田巻き きのこと桜えびの落とし焼き なめこと豆腐のみそ汁	客用にもお惣菜にもお弁当にもよい煮物 もう一品ほしい時に便利でお手軽な一品 煮干し出汁の取り方
2／ 3(火) 4(水) 7(土)	<u>西洋料理</u> 鮭のパン粉焼き マスタード風味 新じゃがいもと スナップえんどうのサラダ ティラミス	オーブンでつくる魚料理 旬の野菜をサラダにしていただきましょう 水きりヨーグルトで作るイタリアンデザート
<p>※ 2／11(水)は、休日。</p>		
2／10(火) 14(土)	<u>日本料理</u> 1／28(水)と同メニュー 鶏肉の信田巻き きのこと桜えびの落とし焼き なめこと豆腐のみそ汁	客用にもお惣菜にもお弁当にもよい煮物 もう一品ほしい時に便利でお手軽な一品 煮干し出汁の取り方
<p>※ 2／17(火)、2／21(土)、2／25(水)は、調整日で休みです。</p>		
2／18(水) 24(火) 28(土)	<u>中国料理</u> もやしと豚肉の炒めもの かきの豆板醤ソース炒め 中国風茶碗蒸し あさりあん	簡単ヘルシー もやし炒めの上手な方法 かきの四川風炒めもの 茶碗蒸しの火加減とおいしいあさりソース

※ 1／27(火)、1／31(土)、2／17(火)、2／21(土)、2／25(水)は、調整日でお休みです。  
 ※ 2／11(水)は、休日です。  
 ※ メニューは変更になる場合がございます。