

## 令和7年度 家庭料理科 予定表⑥

| 日 程   | メ ニ ュ ー   | ポ イ ン ト  |
|---|---|--|
| 1／ 6(火)<br>7(水)<br>10(土)  | <u>日本料理</u><br>豚肉と野菜の南蛮みそ炒め<br>長芋と桜海老の酢のもの<br>ごぼうとひじきの炊込みごはん      | 知って便利な南蛮みそ<br>知っておきたい長芋のアク抜きと切り方<br>ごぼうのささがきの仕方とひじきの戻し方        |
| 1／13(火)<br>14(水)<br>17(土)   | <u>西洋料理</u><br>タコのヴェルデソース<br>マカロニグラタン<br>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<br>洋食の定番<br>バレンタインのプレゼントは手作りで！！               |
| 1／20(火)<br>21(水)<br>24(土)   | <u>中国料理</u><br>あさりの中国風おかゆ<br>豚肉とれんこんの黒酢あん<br>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<br>れんこんが入った黒酢の酢豚<br>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。</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>この分の授業は、2／10(火)、2／14(土)になります。</p> |   |  |
| 1／28(水)<br>※2/10(火)<br>※2/14(土)   | <u>日本料理</u><br>鶏肉の信田巻き<br>きのこ桜えびの落とし焼き<br>なめこ豆腐のみそ汁               | 客用にもお惣菜にもお弁当にもよい煮物<br>もう一品ほしい時に便利でお手軽な一品<br>煮干し出汁の取り方          |
| 2／ 3(火)<br>4(水)<br>7(土)   | <u>西洋料理</u><br>鮭のパン粉焼き マスタード風味<br>新じゃがいもと<br>スナッペンどうのサラダ<br>ティラミス | オーブンでつくる魚料理<br>旬の野菜をサラダにしていadakimashou<br>水きりヨーグルトで作るイタリアンデザート |
| ※ 2／11(水)は、休日。  |   |  |
| 2／10(火)<br>14(土)  | <u>日本料理</u> 1／28(水)と同メニュー<br>鶏肉の信田巻き<br>きのこ桜えびの落とし焼き<br>なめこ豆腐のみそ汁 | 客用にもお惣菜にもお弁当にもよい煮物<br>もう一品ほしい時に便利でお手軽な一品<br>煮干し出汁の取り方          |
| ※ 2／17(火)、2／21(土)、2／25(水)は、調整日で休みです。  |   |  |
| 2／18(水)<br>24(火)<br>28(土)   | <u>中国料理</u><br>もやしと豚肉の炒めもの<br>かきの豆板醤ソース炒め<br>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<br>かきの四川風炒めもの<br>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。