

令和8年度 家庭料理科 予定表②

日 程	メ ニ ュ ー	ポ イ ン ト
6/ 9(火) 10(水) 13(土)	<u>日本料理</u> 豚肉とオクラのロール焼き あじの干物とひじきの梅酢和え 水ようかん	豚肉の下味、巻き方 あじの干物をほぐして和えものに 寒天で固める和風スイーツ
6/16(火) 17(水) 20(土)	<u>西洋料理</u> ★ビーフストロガノフ ★オリビエサラダ ブルーベリーとバナナのクラフティ	ロシアの代表的な郷土料理 ロシア料理のサラダ 便利な冷凍フルーツで 焼き菓子をつくります
6/23(火) 24(水) 27(土)	<u>中国料理</u> 蒸し茄子の三杯酢かけ 海老しゅうまい いかと野菜の五目炒め	茄子のおしゃれな切り方 定番おかずを作りましょう いかをやわらかく仕上げるコツ
6/30(火) 7/ 1(水) 4(土)	<u>日本料理</u> ★麦とろめし ★豚肉の味噌づけ焼き 清汁 花茗荷の玉子とじ	大和芋の使い方 便利な味噌づけ焼き ふんわりした卵のとじ方
7/ 7(火) 8(水) 11(土)	<u>西洋料理</u> たことオリーブのタパス トマトのカッペリーニ冷製パスタ じゃがいもと玉葱の スペイン風オムレツ	手早くつくれるスペインのおつまみ カッペリーニをトマトとバジルの 冷たいソースであえた夏向きなパスタ ボリュームたっぷり、 重宝するスペインのオムレツ
※ 7/15(水)は、調整日。この日に授業は、7/22(水)になります。		
7/14(火) 18(土) 22(水)	<u>中国料理</u> 焼きぎょうざ 台湾風豆乳スープ たたきごぼうのナッツ和え	餃子の上手な包み方、焼き方 簡単なスープづくり 味つけしたごぼうをナッツで和えます
※ 7/21(火)、7/25(土)は、調整日。		
7/28(火) 29(水) 8/ 1(土)	<u>日本料理</u> 焼き茄子 冷汁 鶏レバーの生姜煮	上手な焼き方を覚えて色々な料理に変身 ご飯にも麺類にも合う冷たい汁物 鶏レバーの下処理の仕方
8/ 4(火) 5(水) 8(土)	<u>西洋料理</u> ガパオライス ムー・サテ(豚肉の串焼き) ガドガド(厚揚げサラダ)	タイの定番料理 東南アジアの味付けで 豚肉を串にさして焼きましょう インドネシアのサラダ
※ 8/11(火)は、祝日。 ※ 8/12(水)～8/15(土)は、夏休み。		

※ 7/15(水)、7/21(火)、7/25(土)は、調整日でお休みです。

※ 8/11(火)は、祝日でお休みです。

※ 8/12(水)～8/15(土)は、夏休み。

※ メニューの★印は、新メニューです。

※ メニューは変更になる場合がございます。