

## 2020年3月 家庭料理科 予定表⑥

日 程	メ ニ ュ ー	ポ イ ン ト
3/ 3(火) 4(水) 5(木) 7(土)	<u>中国料理</u> あさりの中国風おかゆ 広東風 鶏のあぶり焼き 白菜とハムのクリーム煮	身体が温まる中華がゆのコツ グリルで焼くあぶり焼きのコツ 白菜の美味しさを引き出したクリーム煮
3/10(火) 11(水) 12(木) 14(土)	<u>西洋料理</u> オムライス 新じゃがいもと スナッフえんどうのサラダ ティラミス	洋食の定番を一人で作ってみよう 旬の野菜をサラダにしていadakimashou チーズとココアのイタリアンデザート
3/17(火) 18(水) 19(木) 21(土)	<u>日本料理</u> 牛丼 えびのすり流し汁 れんこんのピーナツ酢和え	我が家の定番丼ぶりにしましょう フードプロセッサーを使って簡単すり流し 和え衣を簡単に作ってみましょう
3/24(火) 25(水) 26(木) 28(土)	<u>中国料理</u> れんこんの甘酢和え かきの豆板醤ソース炒め 中国風茶碗蒸し あさりあん	作りおきしたいれんこん料理 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
※ 3/31(火)は、調整日でお休みです。		

※ 3/31(火)は、調整日でお休みです。

※ メニューは変更になる場合がございます。