

# index

2021年メニュー予定

## April 4月のメニュー

- A. 豚の生姜焼き・えんどうの卵とじ・わかめときゅうりの酢の物・豆腐となめこのみそ汁・煮干しだし…………… 1.2
- B. ボンゴレビアンコ・シーザーサラダ温玉のせ・スープミルファンテ・牛すじ煮込み・パイヨンの取り方…………… 3.4
- C. 若竹煮・旬魚の塩麹焼き・若竹汁・みたらし団子・筍の茹で方…………… 5.6
- D. 油淋鶏・えびと野菜の生春巻き・レタスのオイスター炒め…………… 7.8
- E. 抹茶とチョコのムース…………… 1.2

## May 5月のメニュー

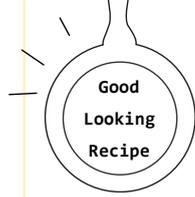
- A. 鶏の照焼き・本格山菜おこわ・卵の花・ふわふわ汁…………… 9.10
- B. 鶏肉ときのこのトマト煮・そらまめのポタージュ・エビピラフ・みかんの牛乳寒天…………… 11.12
- C. 絶品！ミルフィーユソースカツ丼・春キャベツときゅうりの浅漬け・豆乳 miso スープ・かぼちゃプリン…………… 13.14
- D. 回鍋肉・白身魚の中華あん・豆腐の中華サラダ・簡単ブラウニー…………… 15.16
- E. フォレノワール…………… 3.4

## June 6月のメニュー

- A. いかのたたき・揚げ茄子えびあんかけ・ひじきの煮物・豆乳プリン・いかのさばきかた…………… 17.18
- B. サーモンのクリームパスタ・美肌スープ・えびとアボカドのサラダ・ローズヒップティーゼリー…………… 19.20
- C. あじの南蛮漬け・アジのたたき・五目豆・生姜甘辛ひき肉ごはん・あじの三枚おろし…………… 21.22
- D. 豚キムチ・海鮮チジミ・ビビンバ温玉のせ・韓国風スープ…………… 23.24
- E. ケイク・オ・フリユイ…………… 5.6

## July 7月のメニュー

- A. 肉じゃが・タコの七味焼き・金時草と長いもの酢の物・冷や汁…………… 25.26
- B. スパイスで作るシーフードカレー・ターメリックライス・夏野菜塩麹サラダ・2層のアイスチャイ…………… 27.28
- C. 鯖の竜田揚げ・太胡瓜の冷製あんかけ・きんぴらごぼう・抹茶白玉…………… 29.30
- D. 絶品！能登豚の冷しゃぶ中華風・トマトの卵炒め・あぶりホタテの中華風・バニラアイス…………… 31.32
- E. フルーツシャルロット…………… 7.8



# index

2021年メニュー予定

## August 8月のメニュー

- A. かき揚げ・焼きなす南部づけ・ささみのくずたたき・ざるそば・**手作りめんつゆ**…………… 33. 34
- B. ビーフストロガノフ・人参のバターライス・カプレーゼ・カフェオレムース…………… 35. 36
- C. タコライス・ゴーヤチャンプルー・ジーマミ豆腐・サターアンダギー…………… 37. 38
- D. ラタトゥーユ・旬魚のムニエルプロバンス風・ほうれん草のチーズココット・アラ出汁のスープ…………… 39. 40
- E. 絶品！揚げたてカレーパン…………… 9. 10

## September 9月のメニュー

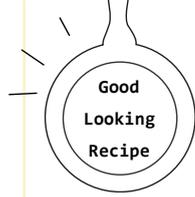
- A. まつたけの土瓶蒸し・かれいの煮付け・サラダ巻き・わらびもち…………… 41. 42
- B. 絶品！能登豚のトマトクリーム煮・カルパッチョ・手作り醤油ドレッシング・トマトのファルシ…………… 43. 44
- C. さんまの香りづけ・加賀蓮根のはす蒸し・五郎島金時のご飯・みそまる・**さんまの下処理**…………… 45. 46
- D. チンジャオロース・じゃこと水菜のぱりぱりサラダ・酸辣湯・タピオカココナッツミルク…………… 47. 48
- E. リンゴのキャラメルカスタードタルト…………… 11. 12

## October 10月のメニュー

- A. かつ丼・焼ききのこ・きゅうりとなすの塩昆布和え・大根と揚げの味噌汁…………… 49. 50
- B. 鮭の西京焼き・加賀蓮根の揚げ出し・いこみ高野豆腐・焼おにぎり…………… 51. 52
- C. カルボナーラ・白身魚のピカタ・温野菜のサラダ・卵白のスープ・**パスタの基本**…………… 53. 54
- D. 麻婆豆腐・もやしの卵あんかけ・ズワイガニのスープ・黒ごまプリン…………… 55. 56
- E. ふわふわシフォンケーキ・アングレーズソース…………… 13. 14

## November 11月のメニュー

- A. 絶品！チーズインハンバーグ・手作りパン・スパゲッティサラダ・かぼちゃのスープ煮…………… 57. 58
- B. 鯖の味噌煮・秋の吹き寄せご飯・かぶの昆布茶漬け・揚げと白菜の卵とじ・**鯖の筒切り**…………… 59. 60
- C. グラタン・大根サラダ・キャベツとウインナーのスープ・アールグレイプリン・**手作りホワイトソース**…………… 61. 62
- D. 煮豚・皮から作るエビ蒸し餃子・レタスのかにあんかけ・こんにゃく辛みソース…………… 63. 64
- E. シュークリーム・ラングドシャ…………… 15. 16



# index

2021年メニュー予定

## December 12月のメニュー

- A. 筑前煮・エビの湯葉巻き揚げ・野菜の焼きびたし・かす汁…………… 65. 66
- B. チキン南蛮・栗きんとん・金沢風雑煮・海老銀杏・蓮根のサーモンサンド・田作り・黒豆…………… 67~
- C. チキンの赤ワイン煮込み・クリスマスリースサラダ・オニオングラタンスープ・ブランマンジェ…………… 70. 71
- D. ラザニア・ういのババロア・生ハムとチーズのサラダ・メープルフレンチトースト…………… 72. 73
- E. ブッシュドノエル…………… 17. 18

## January 1月のメニュー

- A. ぶり大根・めった汁・ほうれん草の磯部和え・小豆から作るぜんざい…………… 74. 75
- B. 絶品サムゲタン風・チャプチェ・チョレギサラダ・豆花（台湾デザート）…………… 76. 77
- C. チキンクリームシチュー・ドライカレー・冬野菜の蒸しサラダ・エッグタルト…………… 78. 79
- D. 自分で仕上げるふわとろオムライス・サーモンのムニエル・タルタルソース・ヨーグルトムース…………… 80. 81
- E. リッチバナラチーズケーキ…………… 19. 20

## February 2月のメニュー

- A. ぶりの照り焼き・鶏五目ご飯・加賀蓮根のもちもち団子汁・いちご大福…………… 82. 83
- B. アクアパッツア・生地から作るピザ2種・五郎島金時のポタージュ…………… 84. 85
- C. 絶品！里芋と海老のおろし煮・カニしんじょのお吸い物・豆腐の田楽・たたきごぼう…………… 86. 87
- D. 本格中華おこわ・にら玉と挽肉の中華炒め・ハマグリの中華蒸し・ゴマ団子…………… 88. 89
- E. ムースショコラ・生チョコベイリーズ…………… 21. 22

## March 3月のメニュー

- A. ちらし寿司・ふきの信田巻き煮・はまぐりの潮汁・花見団子・寿司飯、錦糸卵のコツ…………… 90. 91
- B. パリパリ春巻き・イカとブロッコリーオイスター炒め・白身魚の中華スープ・いかのさばき方…………… 92. 93
- C. 大人気！ポテトコロッケ・ポーチドエッグのサラダ・新玉ネギのとろとろポトフ…………… 94. 95
- D. 半熟卵のスコッチエッグ・ポテトのカレー炒め・マカロニサラダ・サーモンのロールサンドイッチ…………… 96. 97
- E. 絶品！フロランタン…………… 23. 24