



2月の時間割 (※メニュー・時間割は変更になることがあります)



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
2	3 14:00 A 18:30 A	4 13:30 A 19:00 A	5 11:00 A 19:15 A	6	7 11:00 A 14:00 e 17:00 A	8 11:00 A 14:00 e 17:00 A
9	10 14:00 B 18:30 B	11 13:30 B 19:00 B	12 11:00 B 19:15 B	13	14 11:00 B 14:00 e 17:00 B	15 11:00 B 14:00 e 17:00 B
16	17 14:00 C 18:30 C	18 13:30 C 19:00 C	19 11:00 C 19:15 C	20	21 11:00 C 婚活イベント 17:00(予定)	22 11:00 C 14:00 C 17:00 C
23	24 14:00 D 18:30 D	25 13:30 D 19:00 D	26 11:00 D 19:15 D	27	28 11:00 D 14:00 D 17:00 D	1 11:00 D 14:00 D 17:00 D

A

- ・エビ入りしゅうまい
- ・チーズ春巻き
- ・野菜と春雨のスープ & ごはん

【定番の中華～蒸し方・揚げ方～】

「しゅうまい」実は餃子より簡単です！
 手作りのしゅうまいはお弁当にもぴったり。
 「春巻き」今回はチーズを使った簡単春巻き。
 しゅうまいと同じで、冷凍しておくとも1ヶ月間保存
 可能ですので、まとめて作っておくと便利です

B

- ・カキフライ～手作りタルタルソース添え～
- ・ルッコラと卵のサラダ
- ・じゃがいもとツナのグラタン
- ・スープ付

【基本の洋食】

「カキフライ」手作りのタルタルソースで食べる
 揚げたてのカキフライは絶品ですよ(^.^)
 「グラタン」ホワイトソースを使わずに、簡単
 においしく作れます。寒い季節には欠かせない！

C

- ・かぶのそぼろ煮
- ・白身魚の幽庵焼き
- ・けんちん汁 & ごはん

【～ハシ～メニュー】

「そぼろ煮」今が旬のかぶ。トロトロのかぶに
 温かいそぼろあん。ほっと心が温まる優しい
 味付けです。
 「幽庵焼き」幽庵だれに漬けてこんで焼きます。
 このたれを覚えておけば、魚だけではなく
 鶏・豚・牛と色々な料理のベースとなります。
 「けんちん汁」野菜のうま味たっぷりの一品です！
 寒い日はもちろん、常備野菜でサッと作れるので
 具材をアレンジしてお試しください♪

D

- ・ひな祭り🍷カップ寿司(予定)
- ・菜の花辛子浸し
- ・桜餅
- ・とろろこんぶのお吸い物

【ひな祭りメニュー】

「雛ずし」雛祭りを華やかに彩るちらし寿司！
 カップにつめてかわいく仕上げます♪
 「辛子浸し」春のほろ苦い菜の花は、からしとの相
 性が抜群です。からしを入れなくても普通のお浸しと
 していただけますよ。
 「桜餅」あんこと生クリーム入りです。
 フライパン1つで簡単に作れて楽しいですよ(^.^)

e

- ・フォンダンショコラ(予定)

【バレンタインスイーツ】

焼きたてをいただくと、中からとろりとしたショ
 コラが流れ出す、フォンダン・ショコラ。
 とろけるショコラの美味しさは、誰からも愛され
 る味わい。
 とろける美味しさのフォンダンショコラをバレン
 タインに作ってみましょう！

【注意】3月1日は2月扱いです。

■休み中のご予約はお手数おかけしますがネット・
 メール・留守電のいずれかでお願致します。
 予約の締め切りは**前日の夜8時**です。