

## 2024年男性クラス予定表

5月9日	冷製豚肉のしゃぶしゃぶ	モッツアレラの揚げ出し	うどとわかめの梅和え	
5月16日	じゃがいもと豚肉の炒め物	ニラのニンニクソースがけ	カブのスープ	
5月23日	カレイの煮つけ	ポテトサラダ	なめこと半熟卵のお吸い物	
5月30日	上海焼きそば	えびのオーロラソース	豆苗のスープ	
6月6日	牛肉のしぐれ煮	にんじんの土佐酢	山芋とオクラの味噌汁	
6月13日	ゆで豚の前菜～涼拌白肉	豆腐のオイスター煮	涼拌茄子	
6月20日	鶏のソテーレモン風味	グリーンサラダはちみつドレッシング	セロリと卵のスープ	カスタードプリン
6月27日	焼肉ピラフ	たまねぎのサラダ	トマトのスープ	