令和6年　　３ 月

	日	月	火	水	木	金	土
日						1	2
朝							パン教室
夜							
	3	4	5	6	7	8	9
朝				ベーシック ちらし寿司 あさりのお吸い物 桜餅		薬膳実習 花粉症献立	薬膳実習 花粉症献立
夜				ベーシック ちらし寿司 あさりのお吸い物 桜餅			
	10	11	12	13	14	15	16
朝				ベーシック カルボナーラ 菜の花サラダ 型抜きクッキー	キャリア 鰆の葱ダレ蒸し 揚げ餅の あんかけ		ジュニア
夜				ベーシック カルボナーラ 菜の花サラダ 型抜きクッキー	キャリア 鰆の葱ダレ蒸し 揚げ餅の あんかけ 即席中華スープ		
	17	18	19	20	21	22	23
朝	薬膳基礎		薬膳基礎 講習：肝と春の薬膳		青葉山 ハーバルビレッジ	薬膳研究科3 講習：弁証論治 実習：疲労の薬膳	薬膳研究科4 講習：弁証論治 実習：疲労の薬膳
夜							
	24	25	26	27	28	29	30
朝				ベーシック 鶏のから揚げ 醤油卵 もやしの中華和え			
夜				ベーシック 鶏のから揚げ 醤油卵 もやしの中華和え			