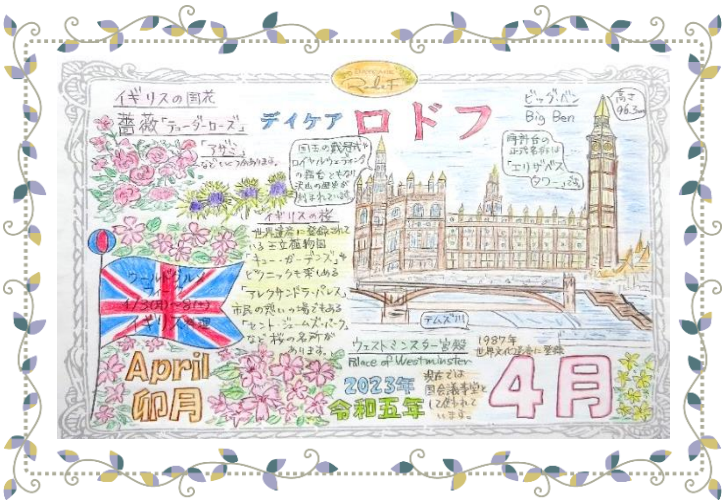
4月　イギリス

・スコッチエッグ
・スピナッチ・ウィズ・
　グラウンドナッツ
・バンガーズ・アンド・マッシュ
・カウル風スープ
・ライス

・フレンチトースト
・コーヒー

イギリス料理はシンプルな味付け、茹でる、焼くだけなどの調理が多く、薄味が特徴です。よく使われている食材は、ジャガイモ、グリンピース、チーズです。一週間の中で、バランスよく取り入れて作りました。