

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
9月18日夕食		
カジキの南蛮漬け	ot27	・鰹をカジキに変更 * ネギは斜め切りで添えても良い。
ほうれんそうの海苔和え	ot14b	* もやし、ほうれんそうは下茹で済み。 ナムル風に味付けして、あればキザミ海苔をふる
青梗菜と木耳のサラダ	ot51a	レモン無ければ、お好みのドレッシングで。 ・レタスを青梗菜、白菜に変更
大根と若布の味噌汁	レシピ無し	*
		*
果物	*	柿
ご飯	*	*

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
9月19朝食		
レンコンと大豆にキンピラ	ss78	レシピより味薄めで調味願います。 * レシピより量少ないです。
ジャガ芋玉子焼き	ss104b	ジャガイモを玉子で巻く要領。
春雨とハムのスープ	レシピ無し	鶏ガラスープで、あればゴマをふる。 *
ご飯	*	*

□納品確認	■パッケージ数・概要
	↓タッパー数      ↓その他食材
カジキの南蛮漬け	→1      ・キザミ唐辛子
ほうれんそうの海苔和え	→2      ・鶏肉トレー、玉ねぎ
青梗菜と木耳のサラダ	→2      *
大根と若布の味噌汁	→1      *
果物	→*      柿袋
ご飯	→*      *
レンコンと大豆にキンピラ	→*      ・水煮レンコン袋、大豆水煮袋
ジャガ芋玉子焼き	→1      ・玉子
春雨とハムのスープ	→1      *
ご飯	→*      *

□備考
* ネギは、具や薬味に使って下さい。