

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
10月14日夕食		
味噌そぼろ丼	ot20a	＊ソボロには生姜を使う。 ＊人参は、細切りの方を使う。
簡単オイキムチ	ss41	＊キュウリ、大根、人参(半月切り)は塩もみして いません。塩もみ後の味見を必ず行って下さい。
茄子とピーマンの炒め物	レシピ無し	＊ある程度炒めて、ハムを加えて下さい。 ＊
しめじ・エリンギの味噌汁	レシピ無し	＊あれば、麩や豆腐も加えて下さい。 ＊
果物 ＊	＊ ＊	ミカン ＊

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
10月15日朝食		
大豆とヒジキの煮物	ot110b	＊完成品ですが、一度、鍋で温めて、冷めてから冷蔵庫に入れて下さい。
蒲鉾とレタスのマヨネーズ和え	レシピ無し	＊ごまがあれば、加えて下さい。 ＊
豆腐ともやしの味噌汁	レシピ無し	＊ ＊
ご飯 ＊	＊ ＊	＊ ＊

□納品確認	■パッケージ数・概要	
	↓タッパー数	↓その他食材
味噌そぼろ丼	→2	・挽肉、玉ねぎ、玉子、キザミリ
簡単オイキムチ	→3	・ミニトマト、ミニハンバーグ
茄子とピーマンの炒め物	→2	・ハム
しめじ・エリンギの味噌汁	→1	＊
果物	→＊	ミカン
	→＊	＊
大豆とヒジキの煮物	→1	＊
蒲鉾とレタスのマヨネーズ和え	→1	・レタス、マヨネーズ
豆腐ともやしの味噌汁	→1	・豆腐
ご飯	→＊	＊
＊	＊	

□備考	＊調味料など、いづらか積みましたので、ご確認下さい。 ＊ミカンお召し上がり下さい。
-----	--