

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
夕食		
たこめし	ot41a	* 具を細かに切り、ご飯に混ぜて下さい。 *
蕪菜と椎茸の白和え	ot69b	* カブ菜と椎茸、白ネギを細かく刻み、煮しめて下さい。 * 木綿豆腐は良く水切り願います。
キャベツと鶏肉の味噌炒め	レシピ無し	* 炒めの後半で、味噌、味噌等を加えて下さい。 * ピーマンを加えて下さい。
じゃが芋と若布の味噌汁	レシピ無し	* 若布が無ければ、麩などでも良いです。
果物 *	* *	リンゴ *

□基本メニュー	□参考レシピ	■変更事項・調理ポイント
朝食		
大根の浅漬け	レシピ無し	* 浅漬けの素がなければ、ドレッシングを使って下さい。 * 胡瓜も加えて下さい。
にくそぼろのマカロニサラダ	レシピ無し	* ミックスベジタブルなどあれば、加えて下さい。 * マヨネーズかドレッシングで味付けして下さい。
しめじとエリンギのおすまし	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
<u>たこめし</u>	→2	・たこ、昆布
<u>蕪菜と椎茸の白和え</u>	→2	・豆腐、長ネギ
<u>キャベツと鶏肉の味噌炒め</u>	→2	・鶏肉
<u>じゃが芋と若布の味噌汁</u>	→1	*
<u>果物</u>	→*	リンゴ
<u>*</u>	→*	*
<u>大根の浅漬け</u>	→*	・大根、胡瓜
<u>にくそぼろのマカロニサラダ</u>	→*	・挽肉、マカロニ
<u>しめじとエリンギのおすまし</u>	→2	*
<u>ご飯</u>	→*	*
<u>*</u>	*	

□備考	* たこめしのカブが多いようでしたら、翌朝の浅漬けにあまりをまわして下さい。 *
-----	---