

□夕食	□材料	□手順概要
オムライス ■参考調味料 ・サラダ油(大さじ2~) ・塩胡椒(少々) ・ケチャップ(少々)	□副材料 * * * * * * (参考:nr0**)	□材料 ご飯 150g×人数 ベーコン 74g 玉葱 400 人参 160 ピーマン 200 玉子(包み用) 12ヶ
ほうれん草とチーズのサラダ ■参考調味料 ・ドレッシング(少々) * *	□副材料 粉チーズ 少々	□材料 ほうれん草 350 大根 700 パプリカ 270 *
味付もやしと牛蒡の炒め物 ■参考調味料 ・出汁素(大さじ2) ・味醂(大さじ2) ・サラダ油(大さじ2) ・醤油(大さじ2)	□副材料 * *	□材料 味もやし 400 牛蒡 300 鶏肉 400g 長葱 180 *
コーンスープ ■参考調味料 * *	□副材料 * *	□材料 粉スープ 12人分 * * * *
* ヨーグルト	* *	* *

□朝食	□材料	□手順概要
ソーセージポイル ■参考調味料 ・塩胡椒(少々) ・ドレッシング(少々) * *	□副材料 * *	□材料 ソーセージ 420g インゲン 200 トマト 400 * *
ポテトサラダ ■参考調味料 ・マヨネーズ(少々) * *	□副材料 * *	□材料 じゃが芋 700 胡瓜 250 人参 120 ハム 80g
クラムチャウダー ■参考調味料 * *	□副材料 * *	□材料 缶スープ 1050g クルトン 少々 * *
* パン	* *	* *

□備考 *減塩のため、調味料は一度に入れず、必ず味見を行いながら、調整して下さい。
 *口に運び入れやすく、噛み味わいやすいように、調理をお願い致します。