

	完了期	後期	中期		完了期	後期	中期	
月曜日				6	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●かぼちゃカレー</li> <li>鶏モモ肉</li> <li>かぼちゃ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>グリーンピース</li> <li>カレールウ</li> <li>●わかめとじゃこのサラダ</li> <li>わかめ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>しらす</li> <li>酢</li> <li>油</li> <li>砂糖</li> <li>塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●やわらかしらすご飯</li> <li>軟飯</li> <li>しらす</li> <li>●ツナと野菜のうま煮</li> <li>ツナ</li> <li>かぼちゃ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> <li>●わかめスープ</li> <li>わかめ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>コンソメ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●しらすがゆ</li> <li>おかゆ</li> <li>しらす</li> <li>●ツナと野菜のうま煮</li> <li>ツナ</li> <li>かぼちゃ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> <li>●わかめスープ</li> <li>わかめ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>コンソメ</li> </ul>	
火曜日				7	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>【前半】煮魚</li> <li>たら</li> <li>だし汁 しょうゆ</li> <li>【後半】白身魚の揚げ煮</li> <li>たら</li> <li>片栗粉</li> <li>しょうゆ</li> <li>砂糖</li> <li>●すまし汁</li> <li>豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●梨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●煮魚</li> <li>たら</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●すまし汁</li> <li>豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>じゃがいも</li> <li>なす</li> <li>だし汁</li> <li>片栗粉</li> <li>●梨</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●魚と野菜のとろとろ煮</li> <li>たら</li> <li>豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>じゃがいも</li> <li>なす</li> <li>だし汁</li> <li>片栗粉</li> <li>●梨</li> </ul>	
水曜日	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●筑前煮</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>ごぼう</li> <li>いんげん</li> <li>しいたけ</li> <li>里芋</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ 砂糖 酒</li> <li>●きゅうりとわかめの酢の物</li> <li>わかめ</li> <li>きゅうり</li> <li>にんじん</li> <li>しらす</li> <li>酢</li> <li>砂糖 しょうゆ 塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●しらす入り軟飯</li> <li>軟飯</li> <li>しらす</li> <li>わかめ</li> <li>●筑前煮</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>ごぼう</li> <li>いんげん</li> <li>里芋</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●しらす入りおかゆ</li> <li>おかゆ</li> <li>しらす</li> <li>わかめ</li> <li>●筑前煮</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>里芋</li> <li>だし汁</li> </ul>	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●夏野菜の味噌煮</li> <li>豚肉</li> <li>なす</li> <li>ピーマン</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>赤味噌</li> <li>砂糖</li> <li>しょうゆ</li> <li>油</li> <li>●そうめん汁</li> <li>そうめん</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁 しょうゆ</li> <li>●バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●肉団子と夏野菜の煮物</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>ピーマン</li> <li>なす</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●肉団子と夏野菜の煮物</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>なす</li> <li>きゅうり</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>●バナナ</li> </ul>
木曜日	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目ごはん</li> <li>ごはん</li> <li>鶏モモ肉</li> <li>にんじん</li> <li>ごぼう</li> <li>しいたけ</li> <li>だし汁 しょうゆ</li> <li>●味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●オクラのおかか和え</li> <li>オクラ</li> <li>かつお節 しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●やわらか五目ごはん</li> <li>軟飯</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>オクラ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目粥</li> <li>おかゆ</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>オクラ</li> <li>だし汁</li> <li>●味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●さわらのつけ焼き</li> <li>さわら</li> <li>しょうゆ</li> <li>酒</li> <li>みりん</li> <li>●キャベツの味噌汁</li> <li>キャベツ</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●きゅうりのおかか煮</li> <li>きゅうり</li> <li>かつお節</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●鮭と野菜の煮物</li> <li>鮭</li> <li>じゃが芋</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>豆腐</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●きゅうりのおかか煮</li> <li>きゅうり</li> <li>かつお節</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●鮭と野菜の煮物</li> <li>鮭</li> <li>じゃが芋</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>豆腐</li> <li>だし汁</li> <li>●きゅうりのおかか煮</li> <li>きゅうり</li> <li>かつお節</li> </ul>
金曜日	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ミートスパゲティ</li> <li>スパゲティ</li> <li>豚ミンチ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>なす</li> <li>トマトピューレ</li> <li>ケチャップ</li> <li>ソース</li> <li>油</li> <li>●ふかしかぼちゃ</li> <li>かぼちゃ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目うどん</li> <li>白玉うどん</li> <li>ツナ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>なす</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ふかしかぼちゃ</li> <li>かぼちゃ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目うどん</li> <li>白玉うどん</li> <li>ツナ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>なす</li> <li>だし汁</li> <li>●ふかしかぼちゃ</li> <li>かぼちゃ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>【前半】鮭の野菜あんかけ</li> <li>鮭</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>だし汁 しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>【後半】鶏肉の唐揚げ</li> <li>鶏モモ肉</li> <li>しょうゆ</li> <li>みりん</li> <li>片栗粉</li> <li>●コーンスープ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>コーン</li> <li>コンソメ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●鮭の野菜あんかけ</li> <li>たら</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>●コーンスープ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>コーン</li> <li>コンソメ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●鮭の野菜あんかけ</li> <li>たら</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>片栗粉</li> <li>●コーンスープ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>コンソメ</li> </ul>
土曜日	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●鶏肉と野菜の煮物</li> <li>鶏ムネ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>コーン</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ふかし芋</li> <li>じゃが芋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●鶏肉と野菜の煮物</li> <li>鶏ムネ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>コーン</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ふかし芋</li> <li>じゃが芋</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●鶏肉と野菜の煮物</li> <li>鶏ムネ</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ふかし芋</li> <li>じゃが芋</li> </ul>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>●チキンライス</li> <li>ごはん</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>グリーンピース</li> <li>ケチャップ</li> <li>コンソメ</li> <li>●コンソメスープ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>コンソメ</li> <li>しょうゆ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●野菜スープ</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>コンソメ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●野菜スープ</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>コンソメ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期	
月曜日	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●切干大根の煮物</li> <li>切干大根</li> <li>にんじん</li> <li>ひじき</li> <li>しいたけ</li> <li>いんげん</li> <li>しょうゆ</li> <li>砂糖</li> <li>油</li> <li>●すまし汁</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●やわらかひじきごはん</li> <li>軟飯</li> <li>ひじき</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> <li>●豆腐と野菜の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>なす</li> <li>焼き麩</li> <li>だし汁</li> <li>片栗粉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ひじきがゆ</li> <li>おかゆ</li> <li>ひじき</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> <li>●豆腐と野菜の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>なす</li> <li>焼き麩</li> <li>だし汁</li> <li>片栗粉</li> </ul>	20	敬老の日	敬老の日	敬老の日	
火曜日	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ハン</li> <li>●ポークビーンズ</li> <li>大豆</li> <li>じゃが芋</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>グリーンピース</li> <li>コンソメ</li> <li>ケチャップ</li> <li>ソース 油</li> <li>●ツナサラダ</li> <li>ツナ</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>にんじん</li> <li>酢 油 砂糖 塩</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ハン</li> <li>●鶏肉と野菜のケチャップ煮</li> <li>鶏ささみ</li> <li>じゃがいも</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>ケチャップ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ハン</li> <li>●鶏肉と野菜のケチャップ煮</li> <li>鶏ささみ</li> <li>じゃがいも</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>キャベツ</li> <li>ケチャップ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	21	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●豚肉と里芋の煮物</li> <li>豚肉</li> <li>里芋</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●わかめ汁</li> <li>わかめ</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●豆腐と野菜の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>里芋</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>だし汁</li> <li>●わかめ汁</li> <li>焼き麩</li> <li>にんじん</li> <li>わかめ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●豆腐と野菜の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>里芋</li> <li>にんじん</li> <li>いんげん</li> <li>焼き麩</li> <li>だし汁</li> <li>●オレンジ</li> </ul>	
水曜日	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>●マーボー丼</li> <li>ごはん</li> <li>豆腐</li> <li>豚ミンチ</li> <li>玉ねぎ にんじん</li> <li>ねぎ</li> <li>しいたけ</li> <li>油</li> <li>赤味噌</li> <li>砂糖 しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>●春雨サラダ</li> <li>春雨</li> <li>もやし</li> <li>きゅうり にんじん</li> <li>コーン</li> <li>酢 油 砂糖 塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●豆腐と肉団子の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●春雨サラダ</li> <li>春雨</li> <li>もやし</li> <li>きゅうり</li> <li>にんじん</li> <li>コーン</li> <li>酢 油 砂糖 塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●豆腐と肉団子の煮物</li> <li>豆腐</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>だし汁</li> </ul>	22	<ul style="list-style-type: none"> <li>●小豆粥</li> <li>米</li> <li>小豆</li> <li>塩</li> <li>●豚汁</li> <li>豚肉</li> <li>大根</li> <li>にんじん</li> <li>ごぼう</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●きゅうりのゆかり和え</li> <li>きゅうり</li> <li>ゆかり粉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●小豆粥</li> <li>米</li> <li>小豆</li> <li>塩</li> <li>●味噌汁</li> <li>大根</li> <li>里芋</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●きゅうりのゆかり和え</li> <li>きゅうり</li> <li>ゆかり粉</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●小豆粥</li> <li>米</li> <li>小豆</li> <li>塩</li> <li>●味噌汁</li> <li>大根</li> <li>里芋</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> </ul>	
木曜日	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●焼き肉</li> <li>豚肉</li> <li>玉ねぎ ビーマン</li> <li>にんじん</li> <li>しょうゆ</li> <li>みりん</li> <li>砂糖</li> <li>片栗粉</li> <li>●冬瓜汁</li> <li>とうがん</li> <li>にんじん</li> <li>しいたけ</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●冬瓜汁</li> <li>とうがん</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●冬瓜汁</li> <li>とうがん</li> <li>鶏ミンチ</li> <li>片栗粉</li> <li>塩</li> <li>にんじん</li> <li>玉ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	23	秋分の日	秋分の日	秋分の日	
金曜日	17	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>【前半】煮魚</li> <li>たら</li> <li>だし汁 しょうゆ</li> <li>【後半】いわしのごま揚げ</li> <li>いわし</li> <li>しょうゆ 酒</li> <li>小麦粉</li> <li>油</li> <li>●大根の味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●煮魚</li> <li>たら</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●大根の味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●煮魚</li> <li>たら</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●大根の味噌汁</li> <li>豆腐</li> <li>わかめ</li> <li>大根</li> <li>だし汁</li> <li>味噌</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	24	<ul style="list-style-type: none"> <li>【前半】五目うどん</li> <li>白玉うどん</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>もやし</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>【後半】冷やし中華</li> <li>中華めん</li> <li>きゅうり</li> <li>コーン</li> <li>もやし</li> <li>中華スープ</li> <li>しょうゆ</li> <li>●しゅうまい</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目うどん</li> <li>白玉うどん</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>もやし</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●白和え</li> <li>豆腐</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●五目うどん</li> <li>白玉うどん</li> <li>鶏ささみ</li> <li>にんじん</li> <li>もやし</li> <li>だし汁</li> <li>●白和え</li> <li>豆腐</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>だし汁</li> <li>●ミニトマト</li> </ul>	
土曜日	18	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ごはん</li> <li>●野菜のとろみ煮</li> <li>ツナ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>コンソメ</li> <li>しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>●バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●軟飯</li> <li>●野菜のとろみ煮</li> <li>ツナ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>コンソメ</li> <li>しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>●バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●おかゆ</li> <li>●野菜のとろみ煮</li> <li>ツナ</li> <li>玉ねぎ</li> <li>にんじん</li> <li>キャベツ</li> <li>きゅうり</li> <li>コンソメ</li> <li>しょうゆ</li> <li>片栗粉</li> <li>●バナナ</li> </ul>	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鶏丼</li> <li>ごはん</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●わかめ汁</li> <li>わかめ</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鶏丼</li> <li>ごはん</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●わかめ汁</li> <li>わかめ</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●鶏丼</li> <li>ごはん</li> <li>鶏ムネ肉</li> <li>玉ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> <li>●わかめ汁</li> <li>わかめ</li> <li>にんじん</li> <li>豆腐</li> <li>ねぎ</li> <li>だし汁</li> <li>しょうゆ</li> </ul>	

