

# 美方高原自然の家 一般メニュー 2019年4月1日～

自然学校期間以外はA、B、Cでのローテーションとなります。

月	火	水	木	金	土	日
4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日
C	A	B	C	A	B	C
4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
A	B	C	A	B	C	A
4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
B	C	B	A	B	C	A
4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
B	C	A	B	C	A	B
4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
C	A	B	C	A	B	C
5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
A	B	C	A	B	C	A

	A	B	C
朝食	ご飯	ご飯	ご飯
	サケの塩焼き	但馬のアゴ揚げ天	さばの塩焼き
	ねばねば野菜和え	ポークウィンナー	れんこんの酢つきり和え
	ちくわ	秋刀魚の煮付け	鶏つみれ煮
	鶏ごぼう炒め	納豆	白和え
	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	さくら漬け	オレンジ	ねじりこんにゃく
	みそ汁	梅しそ漬け	しば漬け
	乳酸菌飲料	みそ汁	みそ汁
		乳酸菌飲料	乳酸菌飲料
昼食	古代米の鶏肉ドライカレー	ジビエ鹿肉のそぼろ丼	かき揚げうどん
	チキンナゲット	コーンボールとまめまめサラダ	アジフライ
	寒天とおくらのスープ	わかめのお吸い物	*希望者：ご飯
	日替わりゼリー	日替わりゼリー	日替わりゼリー
夕食	ご飯	ご飯	ご飯
	但馬牛と豆腐の デミソースハンバーグ	豚テキの味噌焼き	サーモンバジル焼き
	エビフライ	香住港産はたはたのフライ	ロールキャベツトマト煮
	ナポリタンソーススパゲティ	肉シューマイ	鶏ごぼういなり
	野沢菜の煮物	中華春雨	星のコロッケ
	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	オニオンスープ	但馬野菜の中華スープ	小松菜の豆乳スープ
	一口ケーキ	大福餅	水饅頭

\*仕入状況によりメニューが一部変更になる場合があります。

