

美方高原自然の家 一般メニュー 2019年12月2日～2020年1月11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
12月2日	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
C	A	B	C	A	B	C
12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日
A	B	C	A	B	C	A
12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日
B	C	A	B	C	A	B
12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	休館日
C	A	B	C	A	B	
休館日					1月4日	1月5日
					C	A
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
B	C	A	B	C	A	B

	A	B	C
朝食	ご飯	ご飯	ご飯
	さばの塩焼き	但馬のアゴ揚げ天	鮭の塩焼き
	れんこんの酢っきり和え	ポークウィンナー	ねばねば野菜和え
	鶏つみれ煮	いわしの煮付け	ちくわ
	白和え	納豆	鶏ごぼう炒め
	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	ねじりこんにゃく	オレンジ	さくら漬け
	しば漬け	梅しそ漬け	みそ汁
	みそ汁	みそ汁	乳酸菌飲料
	乳酸菌飲料	乳酸菌飲料	
昼食	ごろごろチキンラーメン	鹿肉のタコライス	豚の生姜焼き丼
	アジフライ	ロールキャバツのクリーム煮	小松菜の磯和え
	*希望者のみご飯	おくらのスープ	お吸い物
	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BBQソースハンバーグ	トンテキ	さわらの利休焼き
	ポテトのマヨオープン焼き	香住港産ハタハタのフライ	から揚げ
	ナポリタンスパゲティ	肉団子	但馬野菜の信田煮
	マグロ串カツ	中華春雨	ごろごろ野菜のポトフ
	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	豆乳クリームスープ	但馬野菜の中華スープ	切干大根と水菜の和風スープ
	ーロケーキ	水まんじゅう	わらび餅

*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。