

美方高原自然の家 一般メニュー 2019年10月21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
10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
自然学校期間					A	B
10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
自然学校期間					C	A
11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日
B					C	A
自然学校期間						
11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日
自然学校期間					B	C
11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
A	B	C	A	B	C	A
11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1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	ロールキャベツのクリーム煮	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。