

美方高原自然の家 一般メニュー 令和2年1月13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
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日
C	A	B	C	A	B	C
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
自然学校期間					C	A
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日	2月2日
自然学校期間					A	B
2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
自然学校期間					B	C
2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日
A	B	C	A	B	C	A
2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日
B	C	A	B	C	A	B
2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	2月29日	3月1日
C	A	B	C	A	B	C

	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
	一口ケーキ	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。