

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