

美方高原自然の家 一般メニュー 令和 2年6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
6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
A	B	C	A	B	C	A
6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日
B	C	A	B	C	A	B
6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
C	A	B	C	A	B	C
6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
A	B	C	A	B	C	A
6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日	7月4日	7月5日
B	C	A	B	C	A	B
7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日	7月12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	オムレツ	鮭の塩焼き
	プチシューマイ	岩津葱入りちくわ	ホタテ風味フライ
	納豆	ポークウインナー	カボチャのサラダ
	キャベツのおかか和え	レンコンのきんぴら	鶏つみれトマトソース煮
	スマイルポテト	キャベツとアスパラのツナサラダ	野菜サラダ
	人参のグラッセ	空まめ豆ガーリック炒め	梅しそ寒干し漬け
	切り干し大根	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	チキッと野菜の味噌ラーメン	カルビ丼	ジビエ鹿肉のタコライス
	アジフライ	小松菜磯和え	チキンナゲット
	*希望者:ご飯	若布のスープ	おくらとなめこのスープ
	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
	但馬牛と豆腐のミソースハンバーグ	マスの西京焼き	豚テキ
	星のコロッケ	但馬地鶏のから揚げ	香住港産ハタハタフライ
	ミートソーススパゲティ	但馬野菜の信田煮	肉団子の甘酢和え
	ごろごろポテトと野菜のチーズグリル	ひじき煮	中華春雨
	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
	豆乳スープ	水菜と切り干し大根のスープ	チンゲン菜とシメジのスープ
	一口ケーキ	わらび餅	大福餅

* 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。