

尼崎市立美方高原自然の家 食事単価表 2016.4～

お食事の注文・追加・変更・キャンセルについて

ご利用日の7日前より食事の副食の注文・変更や追加はお受けすることができませんのでご注意ください。
 普通定食につきましては5名様までの変更・追加は3日前まで受付しております。
 普通定食のキャンセルは利用日の前日からキャンセル料を（前日30%/当日50%）いただきます。
 普通定食以外の特別メニューのキャンセルは、5日前より100%のキャンセル料が発生いたします。

- アレルギーに関しては利用の2週間前までに自然の家へご相談ください。
 （別紙アレルギー調査票をご記入の上、ご提出お願いいたします）
- 普通定食以外のご注文は1週間前まで受付いたします。
- メニューや食材の成分表は、自然の家のホームページでご確認ください。
- 水筒へのお茶の補充は、食堂で食事を注文されている方で朝食時・夕食時のみとなります。

① 食堂メニュー

お食事は 朝食7:00～8:30 食11:30～12:30 夕食17:00～18:30 の時間内に始めてください。

	種類	価格(円)	備考	
朝食	普通定食	550		
昼食	普通定食	700	3か月ごとにメニューが変更になります。 詳しくは、別紙メニュー表をご覧ください。	
	ボリュームアップ定食	800		
夕食	普通定食	920		
	ボリュームアップ定食	1020		
	幼児食	480	定食と同じ内容を半分に減らしています。	
	但馬牛ハンバーグ定食	1,500	※1日限定10食	
夕食(鍋物)	花御膳	2,500	但馬牛の陶板焼き	
	冬の寄せ鍋 <small>(12月～3月20日頃)</small>	2,500	季節によって食材の変更有(2人前よりご注文可)	
	但馬牛すき焼	3,500	但馬牛(150g)	
	カニすき <small>(12月～3月20日頃)</small>	3,500	2肩	
	追加食材	すき焼肉	1,530	但馬牛(150g)
		卵	50	1個
		カニ	2,000	2肩
合宿などで追加用大皿	雑炊セット	150	卵2個、のり2、刻ネギ	
	焼きそば	3,000	麺5玉分	
オードブル	コロッケ	1,000	コロッケ10個	
	お料理	5,000		
	揚げ物	3,000	自然学校期間のみ注文可	
	フルーツ盛	2,000		

② 野外炊事

	価格(円)	内容	備考
牛肉カレー	360	牛肉(40g)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ	
鹿肉カレー	450	鹿肉(50g)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ	
豚汁	300	豚肉(40g)、だいこん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、味噌	
鹿肉汁	450	鹿肉(50g)、だいこん、こんにゃく、ごぼう、しめじ、味噌 粉末和風だし	
焼きそば	360	そば玉、豚肉(40g)、きゃべつ、ピーマン、もやし、たまねぎ、にんじん	ソース別売
バーベキューセット	920	牛肉(150g)、たまねぎ、きゃべつ、しいたけ、ピーマン、ウインナー	焼き肉のたれ別売
カートンドック	260	パン、ソーセージ、レタス、マヨネーズ、ケチャップ、バナナ	
鹿鍋	600	鹿肉(100g)、白菜、だいこん、焼き豆腐、白ねぎ、にんじん、しめじ だし昆布、醤油、みりん	5名分よりご注文可
棒パン	280	絹ごし豆腐(150g)、小麦粉(125g)、砂糖、ベーキングパウダー(棒代別途 1本50円)	8個程度の量になります
米	70	1合(約150g)	
おにぎり	100	1個 ゆかり、わかめ、菜飯の日替わり	
サラダ油	380	1本400g	
焼き肉のたれ	450	1本400g	
焼きそばソース	260	1本300g	
アルミホイル	180	1本(8m) カートンドックや棒パン作りに必要	
氷 ロックアイス	300	1袋(1.1kg)	
氷 ブロックアイス	350	1袋(1.7kg)	

尼崎市立美方高原自然の家 食事単価表

○下記に掲載していない商品もご用意いたします。ご希望の商品がありましたら自然の家に直接ご相談ください。
副食・お飲み物に関しては在庫に限りがございますので、1週間前までにご注文お願いいたします。

③ 弁当・補食

	価格(円)		受渡時間
のり弁	450	プラス100円で鹿肉炊き込みご飯に変更が可能です。(5食より可)	8時以降
とちのき弁当	600	偶数日はチキンカツ、奇数日はメンチカツがメインになります。	11時以降
菓子パン	130	あんぱん、ジャムパン、メロンパン、まるごとソーセージ	
菓子パン	150	平焼デニッシュチョコ、平焼デニッシュクリーム	
果物	時価	バナナ、リンゴなどご要望に応じて伺います。	

④ 副食

	価格(円)	内容	備考
パナッパアイス	120	アソート	
ブリッツ	120	サラダ、ロースト味	
コアラのマーチ	120		
チョコボール	80		
ラムネ	80		
ミルクキャラメル	120		
ミルクチョコレート	100	明治 板チョコレート	
ミルクキー	60		
ポッキー	45	大袋ばら売り チョコレート、いちご味	
チョコパイ	50	大袋ばら売り	
ビスコ	30	大袋ばら売り	
フルーツゼリー	120	みかん、ぶどう(各160g)	

⑤ ジュース

	価格(円)	内容	備考
りんご	100	果汁100%紙パックジュース (200ml)	
ぶどう	100	果汁100%紙パックジュース (200ml)	
オレンジ	100	果汁100%紙パックジュース (200ml)	
グレープフルーツ	100	果汁100%紙パックジュース (200ml)	
ポカリスエット	150	ペットボトル500ml	
緑茶	150	ペットボトル500ml	

⑥ アルコール

飲み物	価格(円)		
缶ビール	300	スーパードライ(350ml)	
缶ビール	400	スーパードライ(500ml)	
発泡酒	150	クリアアサヒ (350ml)	
チューハイ	200	氷結レモン (350ml)	

⑦ 野外炊事教材

	価格(円)	内容	備考
薪	310		
炭	520	3kg	
ごみ袋	30	半透明45L (1枚につき)10枚パックは250円	