

美方高原自然の家 一般メニュー 2020年9月7日～

月	火	水	木	金	土	日
9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
C	A	B	C	A	B	C
9月14日	9月15日	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
A	B	C	A	B	C	A
9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
B	C	A	B	C	A	B
9月28日	9月29日	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日
C	A	B	C	A	B	C
10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
A	B	C	A	B	C	A
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
B	C	A	B	C	A	B
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日

	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
	フチシューマイ	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
	但馬牛と豆腐のデ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
	ーロケーキ	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。