

美方高原自然の家 一般メニュー 令和3年4月5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5日 B	4月6日 C	4月7日 A	4月8日 B	4月9日 C	4月10日 A	4月11日 B
4月12日 C	4月13日 A	4月14日 B	4月15日 C	4月16日 A	4月17日 B	4月18日 C
4月19日 A	4月20日 B	4月21日 C	4月22日 A	4月23日 B	4月24日 C	4月25日 A
4月26日 B	4月27日 C	4月28日 A	4月29日 B	4月30日 C	5月1日 A	5月2日 B
5月3日 C	5月4日 A	5月5日 B	5月6日 C	5月7日 A	5月8日 B	5月9日 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
	ブチシューマイ	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	ポテトサラダ
	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	オレンジ	リンゴ

*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。