

美方高原自然の家 一般メニュー (令和3年10月11日～)

月	火	水	木	金	土	日
10/11 A	10/12 B	10/13 C	10/14 A	10/15 B	10/16 C	10/17 A
10/18 B	10/19 C	10/20 A	10/21 B	10/22 C	10/23 A	10/24 B
10/25 C	10/26 A	10/27 B	10/28 C	10/29 A	10/30 B	10/31 C
11/1 C	11/2 A	11/3 B	11/4 C	11/5 A	11/6 B	11/7 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	カルピ丼	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
	一口ケーキ	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。