

美方高原自然の家 一般メニュー 令和 4年8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。

日	火	水	木	金	土	日
8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日
C	A	B	C	A	B	C
8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日
A	B	C	A	B	C	A
8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日
B	C	A	B	C	A	B
8月22日	8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日
C	A	B	C	A	B	C
8月29日	8月30日	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
A	B	C	A	B	C	A
9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日	9月11日
B	C	A	B	C	A	B

	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	焼きちくわ	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	そら豆ガーリック炒め	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	マグロメンチ串カツ
	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。