

美方高原自然の家 一般メニュー 令和4年10月17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
10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日
C	A	B	C	A	B	C
10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
A	B	C	A	B	C	A
10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日
B	C	A	B	C	A	B
11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
C	A	B	C	A	B	C
11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日
A	B	C	A	B	C	A
11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27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
	フチシューマイ	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	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	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。