

尼崎市立美方高原自然の家 食事単価表

2022年度7版

■ 食事の注文・追加・変更・キャンセルについて

| 7日前 17時より | 5日前 | 2日前 | 前日 | 当日 |
|--|-------------------------------|-------------------|-------------------------|-------------------------|
| 野外炊事の食材、弁当・補食、副食、飲物の変更・追加不可。 全て買取になります。 | 普通定食以外の食堂食キャンセルの場合 料金×100% | 普通定食の数量変更・追加可能期限日 | 普通定食のキャンセルの場合 料金×30% | 普通定食のキャンセルの場合 料金×50% |

- アレルギーについては、利用の2週間前までに自然の家に直接ご相談ください。
(別紙食物アレルギー調査票をご記入の上、ご提出ください)
- メニューや食材の成分表は、自然の家のホームページでご確認ください。
- 水筒へのお茶の補充は、食堂で食事を注文されている方で朝食時・夕食時のみとなります。
- ※ 仕入れの高騰により、メニュー変更並びに価格変動することもあります。

① 食堂食 (食事は朝食7:00~8:30、昼食11:30~12:30、夕食17:00~18:30の時間内に始めてください。)

| | 種類 | 価格(円) | 備考 |
|------------|-----------------------------------|--------|----------------------|
| 朝食 | 普通定食(ヘルシー) | 650 | |
| | 普通定食(レギュラー) | 700 | *1品つきます |
| 昼食 | 普通定食(ヘルシー) | 720 | |
| | 普通定食(レギュラー) | 870 | *1品つきます |
| 夕食 | 普通定食(ヘルシー) | 980 | |
| | 普通定食(レギュラー) | 1,130 | *1品つきます |
| | 幼児食 | 480 | 定食と同じ内容で分量を半分にしています。 |
| | 但馬牛ハンバーグ定食 | 2,500 | ※1日限定10食 |
| 夕食(鍋物) | 冬の寄せ鍋 <small>(12月~3月20日頃)</small> | 4,000 | 季節によって食材の変更有 |
| | カニスキ | 10,000 | |
| | 但馬牛すき焼 | 4,500 | 但馬牛(150g) |
| | 追加食材 すき焼肉 | 2,350 | 但馬牛(150g) |
| | 追加食材 卵 | 50 | 1個 |
| | 追加食材 雑炊セット | 150 | 卵2個、のり2、刻ネギ |
| 合宿などで追加用大皿 | 焼きそば | 3,000 | 麺5玉分 |
| | コロッケ | 1,200 | コロッケ10個 |
| オードブル | お料理 | 5,000 | 自然学校期間のみ注文可 |
| | 揚げ物 | 3,000 | |
| | フルーツ盛 | 2,000 | |

② 野外炊事

| | 価格(円) | 内容 | 備考 |
|--------------|-------|---|-------------|
| 牛肉カレー | 430 | 牛肉(40g)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ | 米は別売り |
| 鹿肉カレー | 530 | 鹿肉(50g)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ | 米は別売り |
| 豚汁 | 400 | 豚肉(40g)、だいこん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、味噌 | |
| 焼きそば | 400 | そば玉、豚肉(40g)、きゃべつ、ピーマン、もやし、たまねぎ、にんじん | ソース別売 |
| 焼うどん | 400 | うどん玉、豚肉(40g)、きゃべつ、ピーマン、もやし、たまねぎ、にんじん | 焼き肉のたれ別売 |
| バーベキューセット | 1,500 | 牛肉(150g)、たまねぎ、きゃべつ、しいたけ、ピーマン、ウインナー | 焼き肉のたれ別売 |
| 但馬牛バーベキューセット | 3,500 | 但馬牛肉(150g)、たまねぎ、きゃべつ、しいたけ、ピーマン、ウインナー(2人前よりご注文可) | 焼き肉のたれ別売 |
| カートンドック | 300 | パン、ソーセージ、レタス、マヨネーズ、ケチャップ | |
| 鹿肉のシシカバブ | 520 | 鹿ひき肉(50g)、レモン、しょうが、にんにく、塩 | 5名分よりご注文可 |
| 鹿鍋 | 620 | 鹿肉(20g)、白菜、だいこん、焼き豆腐、白ねぎ、にんじん、しめじ、だし昆布、醤油、みりん | 5名分よりご注文可 |
| 棒パン | 320 | 絹ごし豆腐(150g)、小麦粉(125g)、砂糖、ベーキングパウダー(棒代別途 1本50円) | 8個程度の量になります |
| 米 | 70 | 1合(約150g) | |
| おにぎり | 100 | 1個 ゆかり、わかめ、菜飯の日替わり | |
| サラダ油 | 380 | 1本400g | |
| 焼き肉のたれ | 450 | 1本400g | |
| 焼きそばソース | 260 | 1本300g | |
| アルミホイル | 180 | 1本(8m) カートンドックや棒パン作りに必要 | |
| 氷 ロックアイス | 300 | 1袋(1.1kg) | |
| 氷 ブロックアイス | 350 | 1袋(1.7kg) | |

尼崎市立美方高原自然の家 食事単価表

下記に掲載していない商品もご用意いたします。ご希望の商品がありましたら自然の家に直接ご相談ください。

③ 弁当・補食

| | 価格(円) | 内 容 | 受渡時間 |
|--------|-------|--------------------------------------|--------|
| のり弁 | 500 | +100円でご飯を鹿肉炊き込みご飯に変更することができます(5食より可) | 9時半以降 |
| とちのき弁当 | 700 | 偶数日はチキンカツ、奇数日は牛肉コロッケがメインになります | 10時半以降 |
| 菓子パン | 140 | あんぱん、ジャムパン、メロンパン、まるごとソーセージ | |
| 菓子パン | 190 | 平焼デニッシュチョコ、平焼デニッシュクリーム | |
| 果物 | 時価 | バナナ、リンゴなどご要望に応じて伺います | |

④ 副食

| | 価格(円) | 内 容 | 備 考 |
|-----------|-------|-------------------|-----------|
| パナッパアイス | 120 | アソート | |
| プリッツ | 130 | サラダ、ロースト | |
| コアラのマーチ | 120 | | |
| たべっこ動物 | 130 | | 50個からご注文可 |
| チョコボール | 100 | | |
| ラムネ | 100 | | |
| ミルクキャラメル | 130 | | |
| ミルクチョコレート | 130 | 明治 板チョコレート | |
| ミルクキー | 60 | | |
| ポッキー | 50 | 大袋ばら売り チョコレート、いちご | |
| チョコパイ | 60 | 大袋ばら売り | |
| ビスコ | 40 | 大袋ばら売り | |
| フルーツゼリー | 120 | みかん、ぶどう(各160g) | |

⑤ ジュース

| | 価格(円) | 内 容 | 備 考 |
|----------|-------|------------------------|-----|
| りんご | 100 | 果汁100%紙パックジュース (200ml) | |
| ぶどう | 100 | 果汁100%紙パックジュース (200ml) | |
| オレンジ | 100 | 果汁100%紙パックジュース (200ml) | |
| グレープフルーツ | 100 | 果汁100%紙パックジュース (200ml) | |
| ポカリスウェット | 150 | ペットボトル500ml | |
| 緑茶 | 150 | ペットボトル500ml | |

⑥ 飲み物

| 飲み物 | 価格(円) | | 飲み物 | 価格(円) | |
|------|-------|----------------|----------|-------|---------------|
| 缶ビール | 350 | スーパードライ(350ml) | チューハイ | 250 | 氷結レモン(350ml) |
| 缶ビール | 500 | スーパードライ(500ml) | ポカリスウェット | 150 | ペットボトル(500ml) |
| 発泡酒 | 250 | のどごし生 (350ml) | 緑茶 | 150 | ペットボトル(500ml) |