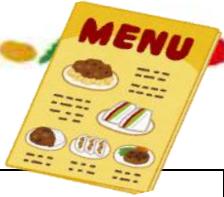




美方高原自然の家

自然学校週間メニュー

令和8年1月～



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
朝食	<p>・野菜等、仕入状況により若干メニューに変更がある場合があります。</p> 	<p>ご飯 焼きサバ 肉団子 きんぴらごぼう サラダ みそ汁</p>	<p>ロールパン いちごジャム ミートポテト サラダ ポトフ ヨーグルト</p>	<p>ご飯 ハッシュドポテト ソーセージ 野菜ふりかけ サラダ みそ汁 乳酸菌飲料</p>	<p>ご飯 オムレツ ハム ほうれん草のごま和え 味付海苔 サラダ みそ汁</p>
昼食		<p>わかめうどん 野菜かき揚げ グレープゼリー 希望者：ご飯</p>	<p>野菜たっぷり焼きそば 蝶のしずくスープ りんごゼリー 希望者：ご飯</p>	<p>鹿肉の醤油ラーメン サラダ ごま団子 希望者：ご飯</p> 	<p>鶏の唐揚げ丼 サラダ わかめスープ オレンジゼリー</p>
夕食	<p>ご飯 豚の生姜焼き マッシュポテト サラダ みそ汁 フルーツポンチ</p>	<p>ご飯 カレー鍋</p> 	<p>ご飯 鶏の照り焼き 揚げ餃子 きゅうりとわかめの酢の物 サラダ 中華スープ ミニたい焼き</p>	<p>ご飯 三元豚のトンカツ じゃがバター 春雨サラダ サラダ キムチスープ りんご</p>	<p>☆4泊5日、たくさん食べて元気に活動してくださいね♪</p> 