

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

| | A | B | C |
|----|-----------|----------|--------------|
| 朝食 | ロールパン | ご飯 | ご飯 |
| | ミートポテト | ハッシュドポテト | オムレツ |
| | いちごジャム | ソーセージ | ハム |
| | ポトフ | 野菜ふりかけ | ほうれん草のごま和え |
| | サラダ | サラダ | 味付海苔 |
| | ヨーグルト | みそ汁 | サラダ |
| | | | みそ汁 |
| | | | |
| 昼食 | 鹿肉の醤油ラーメン | わかめうどん | 野菜たっぷり焼きそば |
| | サラダ | 野菜かき揚げ | 蝶のしずくスープ |
| | ごま団子 | 日替わりゼリー | 日替わりゼリー |
| | ※希望者 ご飯 | ※希望者 ご飯 | ※希望者 ご飯 |
| 夕食 | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| | 豚の生姜焼き | 三元豚のトンカツ | 鶏の照り焼き |
| | マッシュポテト | じゃがバター | 揚げ餃子 |
| | サラダ | 春雨サラダ | きゅうりとわかめの酢の物 |
| | みそ汁 | サラダ | サラダ |
| | フルーツポンチ | キムチスープ | 中華スープ |
| | | りんご | ミニたい焼き |

*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。