

## 食堂メニュー（自然学校用）

### 【朝食】 小人：790円・中学生以上810円

		2日目	3日目	4日目	5日目
朝食		ささみフライ	白身フライ	肉団子	チキンナゲット
		ソーセージ	だし巻き卵	ちくわ磯部揚げ	ポテトサラダ
		ひじき煮	ハム	マカロニサラダ	ソーセージ
		にんじんしりしり	鶏ごぼう炒め	焼き鮭	オクラのおひたし
		筍土佐煮	さつまいも甘露煮	野菜豆ごった煮	スクランブルエッグ
		ふりかけ	味付け海苔	ふりかけ	味付け海苔
		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
		ごはん・おつけもの・サラダ			

### 【昼食】 小人：770円・中学生以上800円

昼食	ご持参ください	カレー	豚丼	炊き込みご飯	焼きめし
		フルーツ	すまし汁	豚汁	ワンタンスープ
		福神漬け	紅しょうが	しば漬け	

### 【夕食】 小人：1,060円・中学生以上1,110円

		1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
夕食		ヒレカツ	鳥の竜田揚げ	クリームシチュー	ハンバーグ	
		ピリ辛こんにゃく	シュウマイ	コロッケ	ポテト	
		カニ風味サラダ	春雨サラダ	鶏とブロッコリーの和え物	和風パスタ	
		切干大根	ほうれん草のおひたし	ごぼうサラダ	ほうれん草の胡麻和え	
		なめこ汁	もやしスープ	いんげん胡麻和え	コンソメスープ	
	ごはん・サラダ					

### 野外炊爨メニュー

カートンドック	<朝食> 760円 パン、ソーセージ、キャベツ、バナナ、ケチャップ、ジュース
飯盒カレー	<昼食・夕食> 小人：740円 中学生以上：770円 お米、じゃがいも、たまねぎ、人参、お肉、カレールー、福神漬け

### 副食メニュー

副 食	メロンパン	170円	お茶	150円
	クリームパン	170円	紙パックジュース	120円
	チョコパン	170円		
	スポーツドリンク	160円		
	ミネラルウォーター	110円	その他お問い合わせください。	

#### <お願い>

- 食事の申し込みは「食事申込書」に必ず明記してください。
- 食事数の変更、内容の変更等ございましたらお早めにご連絡ください。
- 食事を10食以上キャンセル、変更される場合は利用日の10日前までにご連絡をお願いします。  
(5食以下の食数の変更は当日10時までにご連絡ください)

#### お食事開始時間は

朝食7:30～8:00、昼食11:30～12:00、夕食17:00～18:00の間に始めてください。