

野外炊飯メニュー

2017.04～

区分	料金	メニュー	材 料 (1人前)		調味料			
				米分量				
朝食	350円	和食	卵1個 味噌汁具材(わかめ、ネギ)	ハム2枚 味付け海苔1袋 梅干し2個	150g	みそ、だし、醤油、油		
		パン食	ロールパン3個 ジャム&マーガリン1個	卵1個 ハム2枚 インスタンスプ [®] 1袋 牛乳(180cc)1本		/	塩、油	
		ホットドック	ロールパン2個 インスタンスプ [®] 1袋	ウィンナー2本 キャベツ 卵1個 牛乳(180cc)1本			ケチャップ、塩、コショウ	
昼食	460円	カレーライス	牛肉60g 福神漬	にんじん ゼリー	たまねぎ じゃがいも	120g	カレールー、塩、コショウ、油	
		ハヤシライス	牛肉60g ゼリー	にんじん ゼリー	たまねぎ グリーンピース		ハヤシルー、塩、コショウ、油	
		クリームシチュー	鶏肉80g ゼリー	じゃがいも ゼリー	にんじん たまねぎ		シチュールー、塩、コショウ	
		豚汁 山菜ごはん	豚肉40g ちくわ ゼリー	だいこん ごぼう	にんじん 山菜水煮		もやし 漬物	みそ、だし、醤油、油
		焼きそば	中華めん1玉 たまねぎ	豚肉40g ゼリー	キャベツ にんじん		60g	油、塩、コショウ
夕食	570円	カレーライス	牛肉60g 福神漬	にんじん ゼリー	たまねぎ じゃがいも 牛乳(180cc)1本	150g	カレールー、塩、コショウ、油	
		ハヤシライス	牛肉60g ゼリー	にんじん ゼリー	たまねぎ グリーンピース 牛乳(180cc)1本		ハヤシルー、塩、コショウ、油	
		クリームシチュー	鶏肉80g ゼリー	じゃがいも ゼリー	にんじん たまねぎ 牛乳(180cc)1本		シチュールー、塩、コショウ	
		豚汁 山菜ごはん	豚肉40g ちくわ ゼリー	だいこん ごぼう	にんじん 山菜水煮		もやし 漬物	みそ、だし、醤油、油
		焼きそば	中華めん1玉 たまねぎ	豚肉40g ゼリー	キャベツ にんじん 牛乳(180cc)1本		油、塩、コショウソース	
	1500円	焼肉	牛肉170g かぼちゃ	ウィンナー2本 ゼリー	ピーマン たまねぎ	150g	焼肉のたれ、油	