

野外炊飯メニュー

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、ハム 2枚、梅干し 2個、味付け海苔 1袋、味噌汁具材（わかめ、青ねぎ）	150g	白味噌、だしの素、濃口醤油、サラダ油
		パン食	ロールパン 3個、リンゴジャム 1袋、マーガリン 1袋、卵 1個、ハム 2枚、インスタントスープ 1袋、りんごジュース（200cc）1本	/	食塩、サラダ油
		ホットドック	ドッグ用ロールパン 2個、ドック用ウインナー 2本、キャベツ、卵 1個、インスタントスープ 1袋、りんごジュース（200cc）1本		トマトケチャップ、塩こしょう、サラダ油
昼食	460円	カレーライス	牛肉 60g、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、福神漬、青りんごゼリー	120g	カレールー（甘口）、塩こしょう、サラダ油
		ハヤシライス	牛肉 60g、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、青りんごゼリー		ハヤシルー、塩こしょう、サラダ油
		クリームシチュー	鶏肉 80g、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、青りんごゼリー		シチュールー、塩こしょう、サラダ油
		豚汁&山菜ごはん	豚肉 40g、だいこん、にんじん、もやし、ちくわ、ささがきごぼう、味山菜、漬物、青りんごゼリー		白味噌、だしの素、薄口醤油、みりん、料理酒、サラダ油
		焼きそば	中華麺 1玉、豚肉 40g、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青りんごゼリー	60g	焼きそばソース、塩こしょう、サラダ油
夕食	570円	カレーライス	牛肉 60g、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、福神漬、青りんごゼリー、オレンジジュース（200cc）1本	150g	カレールー（甘口）、塩こしょう、サラダ油
		ハヤシライス	牛肉 60g、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、青りんごゼリー、オレンジジュース（200cc）1本		ハヤシルー、塩こしょう、サラダ油
		クリームシチュー	鶏肉 80g、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、青りんごゼリー、オレンジジュース（200cc）1本		シチュールー、塩こしょう、サラダ油
		豚汁&山菜ごはん	豚肉 40g、だいこん、にんじん、もやし、ちくわ、ささがきごぼう、味山菜、漬物、青りんごゼリー、オレンジジュース（200cc）1本		白味噌、だしの素、薄口醤油、みりん、料理酒、サラダ油
	焼きそば	中華麺 1玉、豚肉 40g、キャベツ、たまねぎ、にんじん、青りんごゼリー、オレンジジュース（200cc）1本	100g	焼きそばソース、塩こしょう、サラダ油	
	1500円	焼肉	牛肉 170g、ウインナー 2本、ピーマン、たまねぎ、南瓜、青りんごゼリー	150g	焼肉のタレ、サラダ油