

野外炊飯メニュー表

区分	料金	メニュー	材 料 (一人前)	一人あたり 米分量	調 味 料	使い捨て食器
朝食	390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・青ネギ)	150g	白味噌(だし入) かつおだし(顆粒) 濃口醤油 食塩 サラダ油	紙皿 味噌汁用深皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ
		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		濃口醤油 食塩 サラダ油	紙皿 スープ用紙コップ 飲み物用紙コップ 使い捨てフォーク
		ホット ドッグ	ドッグ用ロールパン2個 卵1個 ドッグ用ウインナー2本 キャベツ インスタントスープ1袋		トマトケチャップ 塩こしょう サラダ油	紙皿 スープ用紙コップ 飲み物用紙コップ 使い捨てフォーク
昼食	500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	120g	カレールウ甘口 ^{注1} 塩こしょう サラダ油	カレー皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		ハヤシ ライス	牛肉60g たまねぎ にんじん グリーンピース		ハヤシフレーク 塩こしょう サラダ油	カレー皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		クリーム シチュー	鶏肉80g たまねぎ にんじん じゃがいも		シチューの素 塩こしょう サラダ油	カレー皿 ごはん用深皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		豚汁& 山菜ご飯	豚肉40g 大根 にんじん もやし 焼きちくわ ささがきごぼう 味付山菜 漬物		白味噌(だし入) かつおだし(顆粒) 薄口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油	豚汁用深皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ
		焼きそば	中華めん1玉 豚肉40g キャベツ たまねぎ にんじん	60g	焼きそばソース 塩こしょう サラダ油	紙皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ
夕食	610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	150g	カレールウ甘口 ^{注1} 塩こしょう サラダ油	カレー皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		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		ハヤシフレーク 塩こしょう サラダ油	カレー皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		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		シチューの素 塩こしょう サラダ油	カレー皿 ごはん用深皿 使い捨てスプーン 紙コップ
		豚汁& 山菜ご飯	豚肉40g 大根 にんじん もやし 焼きちくわ ささがきごぼう 味付山菜 漬物 青りんごゼリー		白味噌(だし入) かつおだし(顆粒) 薄口醤油 みりん風調味料 料理酒 サラダ油	豚汁用深皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ
		焼きそば	中華めん1玉 豚肉40g キャベツ たまねぎ にんじん 青りんごゼリー	100g	焼きそばソース 塩こしょう サラダ油	紙皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ
	1600円	焼 肉	牛肉200g ウインナー2本 ピーマン たまねぎ 南瓜	150g	焼肉のたれ サラダ油	紙皿 たれ用皿 ごはん用深皿 割り箸 紙コップ

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するため、使い捨て食器を提供します。

軍手(綿100%)、新聞紙、マッチ、ライター、炭などは、必要に応じて各団体で準備してください。

※ お米の増量を希望される場合は、150gあたり150円で追加できます。

注1 一部の食材が減量となりますが、一人あたりプラス100円でアレルギーフリーのカレールウに変更することができます。ただし、全員分の変更となります。