

資料2 野外炊飯・弁当メニュー

食材は、1セット

4人分です。



野外炊飯メニュー一覧

	メニュー	内 容 ※()内は数量	調味料等	金額 (税込)
1	パン食	ロールパン(8個)、生卵(4個)、ジャム(4袋)、マーガリン(4袋)、ハム(8枚)、レタス(1/2個)、キュウリ(1本)、トマト(1個)、グレープフルーツ(1個)、オレンジジュース(1ℓ)	※2 マヨネーズ(4袋) またはドレッシング	1,852円
2	オープンサンド	食パン(8枚)、マーガリン(4袋)、ハム(4枚)、ツナ(1缶)、レタス(1/2個)、キュウリ(1本)、トマト(1個)、グレープフルーツ(1個)、オレンジジュース(1ℓ)	※2 マヨネーズ(8袋) またはドレッシング	1,852円
3	ホットドッグ※1	ホットドッグ用パン(8本)、ウインナー(8本)、キャベツ(1/4個)、グレープフルーツ(1個)、オレンジジュース(1ℓ) 作り方の詳細は、プログラムシートを参照	ケチャップ、 マヨネーズ(4袋)、 マスタード(8袋)	1,852円
4	ポーク カレーライス	米(4合)、豚肉(300g)、人参(1本)、玉ねぎ(1個)、じゃがいも(2個)、福神漬(60g)、カレールウ、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、 ローリエ(1枚)、油	2,304円
5	ポークカレー (米抜き)※3	上記の米抜き		2,056円
6	チキン カレーライス	米(4合)、鶏肉(300g)、人参(1本)、玉ねぎ(1個)、じゃがいも(2個)、福神漬(60g)、カレールウ、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、 ローリエ(1枚)、油	2,304円
7	チキンカレー (米抜き)※3	上記の米抜き		2,056円
8	シーフード カレーライス	米(4合)、エビ(150g)、イカ(150g)、人参(1本)、玉ねぎ(1個)、じゃがいも(2個)、福神漬(60g)、カレールウ、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、 ローリエ(1枚)、油	2,468円
9	シーフードカレー (米抜き)※3	上記の米抜き		2,220円
10	ビーフ カレーライス	米(4合)、牛肉(300g)、人参(1本)、玉ねぎ(1個)、じゃがいも(2個)、福神漬(60g)、カレールウ、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、 ローリエ(1枚)、油	2,780円
11	ビーフカレー (米抜き)※3	上記の米抜き		2,532円
12	ナン作り	ナンミックス(フライパン専用粉 2袋)	-	880円
13	ハヤシライス	米(4合)、牛肉(300g)、人参(1本)、玉ねぎ(2個)、ハヤシルウ(125g)、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、油	2,304円
14	シチュー	ロールパン(8個)、鶏肉(300g)、人参(1本)、じゃがいも(2個)、玉ねぎ(1個)、ホワイトルウ、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	コンソメ(大1)、油	2,304円
15	豚汁とご飯	米(4合)、豚肉(200g)、人参(1本)、長ねぎ(1/2本)、大根(180g)、ごぼう(80g)、こんにゃく(160g)、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	だしの素(大1)、 味噌(80g)	1,544円
16	豚汁(米抜き)※3	豚肉(200g)、人参(1本)、長ねぎ(1/2本)、大根(180g)、ごぼう(80g)、こんにゃく(160g)、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	だしの素(大1)、 味噌(80g)	1,296円
17	けんちん汁と ご飯	米(4合)、人参(1本)、長ねぎ(1/2本)、大根(180g)、ごぼう(80g)、こんにゃく(160g)、椎茸(2個)、高野豆腐(20g)、じゃがいも(1個)、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	だしの素(大1)、 醤油	1,544円
18	けんちん汁 (米抜き)※3	人参(1本)、長ねぎ(1/2本)、大根(180g)、ごぼう(80g)、こんにゃく(160g)、椎茸(2個)、高野豆腐(20g)、じゃがいも(1個)、オレンジ(1個)、お茶紙パック(4本)	だしの素(大1)、 醤油	1,296円

	メニュー	内 容 ※()内は数量	調味料等	金額 (税込)
19	そうめん	そうめん(乾麺 500g)、ネギ(1/2 本)、きざみのり(4 袋)	めんつゆ(1 本)	1,200 円
20	焼きそば	焼きそば生めん(4 袋)、豚肉(200g)、人参(1 本)、キャベツ(1/4 個)、もやし(1 袋)、オレンジ(1 個)、お茶紙パック(4 本)	粉末ソース(4 袋)、油	2,304 円
21	焼きうどん	うどん生めん(4 袋)、豚肉(200g)、人参(1 本)、玉ねぎ(1 個)、キャベツ(1/4 個)、かつお節(2 袋)、オレンジ(1 個)、お茶紙パック(4 本)	和風だし(大 1)、油、醤油	2,304 円
22	お好み焼き	小麦粉(280g)、生卵(4 個)、イカ(150g)、エビ(150g)、桜エビ(16g)、キャベツ(1/2 個)、かつお節(2 袋)、青のり(6g)、オレンジ(1 個)、お茶紙パック 250 ml(4 本)	マヨネーズ(4 袋)、ソース、油	2,304 円
23	サラダセット	レタス(1/2 個)、キュウリ(1 本)、トマト(1 個)	マヨネーズ(4 袋) またはドレッシング ※2	332 円

※1 「3 ホットドッグ」を注文する場合は、1 セットにつき、**空き牛乳パック 8 本とアルミホイルを持参**してください。
セットには含まれていません。

※2 「マヨネーズまたはドレッシング」の標記については、当日食材受け取りの際に食堂でお選びください。

※3 「米抜き」のメニューにはご飯がつきません。必要に応じて別途、ナンやおにぎり、お弁当などのご注文をお願いします。

※ 野菜は大きさによって個数に変更になる場合があります。

弁当メニュー一覧

	メニュー	内 容 ※()内は数量	金額 (税込)
1	パン弁当	バターロール(2 個)、肉料理、揚物、スパゲティ、生野菜、ハム、チーズ、オレンジ、お茶紙パック	514 円
2	のり弁当	ごはん、のり、肉料理、揚物、厚焼き玉子、魚料理、漬物、オレンジ、お茶紙パック	462 円
3	幕の内	ごはん、肉料理、揚物、厚焼き玉子、ウィンナー、塩鮭、煮物、スパゲティ、漬物、オレンジ、お茶紙パック	565 円
4	三角弁当	おにぎり(※4 おかか・しゃげ)、鶏肉料理、揚物、厚焼き玉子、ウィンナー、スパゲティ、煮物、漬物、オレンジ、お茶紙パック	462 円
5	おにぎり単品	しゃげ、おかか、こんぶから選べます。 指定が無い場合任意の具で提供します。	92 円
6	おかず小セット	鶏肉料理、揚物、厚焼き玉子、煮物、漬物	257 円

※4 おにぎりの具材は、**原則選べません**

※お弁当を食堂内で食べることはできません。荒天時の食事場所などは、電話にてご相談ください。