

野外炊事メニュー

基本セット8人分

令和6年3月1日 改訂

*** ビーフカレー ***		
食 材	※1人前 550円	8人前 4,400円
米	120g	960g
牛肉	60g	480g
じゃが芋	60g	480g
玉ねぎ	60g	480g
人参	30g	240g
カレーフレーク	40g	320g
※サラダ油は付きません		
荒天時食堂調理可能		

*** 焼きそば ***		
食 材	※1人前 530円	8人前 4,240円
そば玉	1玉	8玉
豚肉	80g	640g
キャベツ	30g	240g
人参	10g	80g
玉ねぎ	30g	240g
ピーマン	1/4個	2個
ソース	10g	80g
塩・こしょう	少々	少々
サラダ油	少々	少々

*** ちゃんこ鍋 ***		
食 材	※1人前 560円	8人前 4,480円
うどん玉	1/2玉	4玉
豚肉	100g	800g
大根	50g	400g
人参	1/8本	1本
青ねぎ	1/2本	4本
しめじ	1/8個	1個
もやし	1/8個	1個
豆腐	1/8丁	1丁
鶏肉団子	2個	16個
だしの素	3g	24g
味噌	40g	320g
塩	少々	少々

調理プログラムメニュー

うどん作り【4人前】	
食 材	580円
小麦粉	500g
長ねぎ	50g
塩	20g
うどんつゆ(7倍希釈)	50cc

バームクーヘンセット【4人用】	
食 材	660円
ホットケーキMIX	400g
卵	2個
牛乳200ml	1本
砂糖	30g
マーガリン	2個

ピザセット【8枚分】	
食 材	3,400円
ピザ生地	4玉
トマトソース	200cc
ミックスチーズ (170g前後の品)	1袋
小麦粉 (100gの品)	1袋
たまねぎ	1個
ピーマン	2個
ソーセージ	8本
オリーブオイル	48g

ピザセット【4枚分】	
食 材	2,400円
ピザ生地	2玉
トマトソース	100cc
ミックスチーズ (170g前後の品)	1袋
小麦粉 (100gの品)	1/2袋
たまねぎ	1/2個
ピーマン	1個
ソーセージ	4本
オリーブオイル	24g

朝食調理 プログラムメニュー

朝食【カートドッグ】1人前	
食 材	360円
ドッグ用パン	1個
ウィンナー	1本
キャベツ	20g
個食用ケチャップ	1個
バナナ	1本

※牛乳パックとアルミホイルを持参すればカートドッグができます

お弁当メニュー

幕の内弁当	
1人前	600円
週替り	

おにぎり2個セット	
2個(漬物入)	250円
週替り	

おにぎり3個セット	
3個(漬物入)	380円
週替り	