

【野外炊事メニュー】

※1人分の材料・量目及び金額

【平成28年4月～】

献立名	材料及び量目（単位のないものはg）	金額
和朝食	米120、鯖缶0.5缶、玉ねぎ20、じゃが芋30 カットワカメ0.2、みそ20、だし2、ふりかけ1袋 お茶（1班）1袋	360円
洋朝食	食パン3枚、イチゴジャム1個、マーガリン1個、 粗挽きウインナー2本、じゃが芋30、玉ねぎ20 コンソメ5、牛乳180cc	
カートンドッグ	カートンドッグ2本、魚肉ソーセージ1本、 ケチャップ30、バナナ1本、 オレンジジュース（30%）1本 ※牛乳パック1個（下記注参照）	380円
カレーライス	米120、牛肉60、じゃが芋60、玉ねぎ50 人参40、カレールウ40、福神漬け0.12PC お茶（1班）1袋	515円
豚丼 味噌汁	米120、豚肉100、玉ねぎ50、人参10 長ネギ5、しょうゆ、砂糖適量、玉ねぎ20 じゃが芋30、カットワカメ0.2、みそ20、だし2 お茶（1班）1袋	
焼きそば	焼きそば麺1.5玉、豚肉70、キャベツ80 玉ねぎ50、人参30、紅生姜10 焼きそばソース適量、お茶（1班）1袋	
鉄板焼き	米120、豚肩ロース100、キャベツ80 玉ねぎ50、人参20、粗挽きウインナー2本 焼き肉のタレ適量、お茶（1班）1袋	
シチュー	米120、豚肉100、じゃが芋80、玉ねぎ50 人参20、クリームシチュールウ50 お茶（1班）1袋	
肉じゃが 豚汁	米120、豚肉50、じゃが芋80、玉ねぎ60 人参50、しょう油、砂糖適量、豚肉20 油揚げ0.2枚、玉ねぎ20、人参10、みそ20 だし2、お茶（1班）1袋	
スパゲティー ミートソース	スパゲティー120、ミートソース（レトルト）1袋 粗挽きウインナー2本、コーン50、塩少々	
スパゲティー ナポリタン	スパゲティー120 ナポリタンソース（レトルト）1袋 粗挽きウインナー2本、コーン50、塩少々	
流水麺 （およそ8人分） 【3月～9月】	流水面4パック（1パック2個入り） キムチもやし500、カットワカメ5、長ネギ30 麺つゆストレート2本（500cc）天かす60	3,600円

※カートンドッグは牛乳パック（1人1個）が必要です。利用団体の皆様でご用意ください。

【野外炊事特別メニュー】

※1人分の材料・量目及び金額

献立名	材料及び量目（単位のないものはg）	金額
お好み焼き	お好み焼き粉80、豚肉バラ50、長ネギ10、キャベツ120、卵1個、粗挽きウインナー2本、油、ソース、マヨネーズ適量、青のり、削り鰹節少々 お茶（1班）1袋	680円
牛鍋	米120、牛肉スライス100、玉ねぎ50、人参20、白菜70、しめじ1/8PC、長ネギ3、だし2、しょうゆ砂糖適量・お茶（1班）1袋	
牛焼き肉	米120・牛カルビ120・キャベツ50・玉ねぎ50 人参20・粗挽きウインナー2本・じゃが芋40 焼き肉のタレ油適量 お茶（1班）1袋	820円
手打ちうどん	小麦粉（中力粉）125・塩3・だし・ねぎ・かつお節	90円

（注1） 野外炊事での食材の持ち込みは、食品衛生上の理由により、ご遠慮願います。

（注2） 米の分量は120g（米一合＝150g）です。お茶は1班で一袋です。

（注3） 米は無洗米ですので、水加減は通常米より少し多めにしてください。

（注4） 野外炊事で使用する、お箸、菜ばし、洗剤（クレンザー）、たわし、スポンジ、カートンドッグ用牛乳パックは、利用団体の皆さままでご用意願います。菜ばし、たわし以外は、食堂事務室で購入することもできます。

（食堂事務室：ユーレストジャパン株式会社 若狭湾店 TEL0770-54-3345）