

野外炊事メニュー

メニュー	材料（単位のないものはg）
和洋食	<ul style="list-style-type: none"> ・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
洋朝食	<ul style="list-style-type: none"> ・食パン3枚 ・イチゴジャム1個 ・マーガリン1個 ・牛乳1本（200ml） ・粗挽きウインナー2本 ・じゃが芋30 ・玉ねぎ20 ・コンソメ5
カートンドッグ 1セット5人分	<ul style="list-style-type: none"> ・カートンドッグ10本 ・ソーセージ10本 ・ケチャップ小袋5個 ・レタス0.5個 ・オレンジジュース（30%）5本 ※カートンドッグ1本につき牛乳パック1本が必要です
カレーライス	<ul style="list-style-type: none"> ・米120 ・牛肉60 ・じゃが芋60 ・玉ねぎ50 ・人参40 ・カレールウ40 ・福神漬け少々 ・お茶（1班）1袋
豚丼 ・ みそ汁	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・サラダ油少々 ・お茶（1班）1袋
鉄板焼き	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・サラダ油少々 ・お茶（1班）1袋
シチュー	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・米120 ・豚肉50 ・じゃが芋80 ・玉ねぎ60 ・人参50 ・しょうゆ、砂糖適量 ・豚肉20 ・カット油揚げ5 ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・サラダ油少々
スパゲティー ナポリタン	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・サラダ油少々
お好み焼き	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・青のり、削り鰹節少々 ・サラダ油、お好み焼きソース、マヨネーズ適量 ・お茶（1班）1袋
牛鍋	<ul style="list-style-type: none"> ・米120 ・牛肉スライス100 ・玉ねぎ50 ・人参20 ・白菜70 ・しめじ少々 ・長ネギ3 ・だし2 ・しょうゆ、砂糖適量 ・お茶（1班）1袋
牛焼肉	<ul style="list-style-type: none"> ・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、サラダ油適量 ・お茶（1班）1袋
手打ちうどん	<ul style="list-style-type: none"> ・小麦粉125 ・塩少々 ・うどんだし ・ねぎ、かつお節少々 ※「海水を使ったうどん作り」の際はこちらをご注文ください
流水麺 1セット8人分	<ul style="list-style-type: none"> ・流水麺4パック（1パック2個入り） ・キムチもやし500 ・天かす60 ・カットワカメ5 ・長ネギ30 ・麺つゆストレート（400cc）2本
ナン	<ul style="list-style-type: none"> ・ナン50 ※各メニューでご飯の代わりにできます