

食事メニュー



キャンプ 1日目

夜ごはん

- ◎ご飯
- ◎ポークカレー
- ◎コロッケ 1個
- ◎コーンマヨサラダ
- ◎福神漬け
- ◎ぶどうゼリー 1個

ラボランドでは、地元産の野菜をはじめ、新鮮な食材を使って調理しています。たくさん食べてね！



キャンプ 2日目

朝ごはん

- ◎ご飯
- ◎なめこ汁
- ◎さばの味噌煮
- ◎厚焼き玉子
- ◎きんぴらごぼう
- ◎野沢菜漬け



昼ごはん

★野外活動のお弁当★

- ◎焼きそばロール
- ◎テリヤキハンバーガー
- ◎ジャムパン
- ◎オレンジジュース
- ◎バナナ

おやつ

みかん
*朝食のとき
にもらえます

夜ごはん

- ◎山菜炊き込みご飯
- ◎けんちん汁
- ◎豚肉のしょうが焼き
- ◎千切りキャベツ
- ◎ミニトマト
- ◎スパゲッティサラダ
- ◎ヨーグルト



キャンプ 3日目

朝ごはん

- ◎ご飯
- ◎大根のみそ汁
- ◎焼き鮭
- ◎ひじき煮
- ◎ポテトサラダ
- ◎切干大根煮
- ◎ふりかけ

昼ごはん

- ◎豚キムチ丼
- ◎豚汁
- ◎菜の花のお浸し
- ◎りんごゼリー

夜ごはん

- ◎ご飯
- ◎田舎汁
- ◎鶏肉の南蛮焼き
- ◎鮭のフレークと
コーンの辛マヨ和え
- ◎フレンチフライポテト
- ◎ブロッコリーの
ベーコン炒め
- ◎乳酸菌飲料

キャンプ 4日目

朝ごはん

- ◎ホットロールパン 2個
- ・ロングウィンナー 1本
- ・ボイルキャベツ
- ・ケチャップ&マスタード 1個
- ・ジャム&マーガリン 1個
- ◎コーンポタージュスープ
(コーン/たまねぎ/ベーコン)
- ◎ツナサラダ
(レタス/きゅうり/ミニトマト/ツナ)

昼弁当

★帰りのお弁当★

- ・おにぎり(鮭・昆布)
 - ・中華ポテト
 - ・鶏からあげ
 - ・シューマイ
 - ・ミートオムレツ
 - ・ブロッコリー
 - ・マカロニサラダ
 - ・あじ磯部揚げ
 - ・緑茶(紙パック)
- ※緑茶は朝食と一緒に配られます

- ◎ドレッシング2種
(白フレンチ, 青じそ)
- ◎しょうゆ
- ◎ソース

※1日目の夕食時に、配布します。キャンプ中はロッジで管理し、4日目の朝食返却時に戻してください。

