

食事メニュー



キャンプ
1日目

夜ごはん

- ◎ご飯
- ◎ポトフ
(ウインナー2本/玉ねぎ/にんじん
じゃがいも/パセリフレーク/
アレルギー用コンソメ)
- ◎ハンバーグ
- ◎フライドポテト
- ◎サラダ
(キャベツ, ブロッコリー)
- ◎刻みたくあん
- ◎ぶどうゼリー
- ★大人のみ 照り焼きチキン



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。
たくさん食べてくださいね。

※食事成分表は、ラボ・パーティ公式ホームページ
<https://www.labo-party.jp/now/> に公開されます。

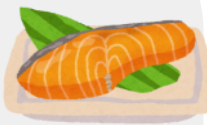
キャンプ
2日目

朝ごはん

昼ごはん

夜ごはん

- ◎ご飯
- ◎焼き鮭
- ◎切り干し大根煮
- ◎ひじき煮
- ◎焼きポークウインナー 2本
- ◎けんちん汁
(豆腐/大根/人参/里芋/こんにゃく
ささがきごぼう/ねぎ)
- ◎きゅうり漬け



- ◎みんなでつくるラボ汁!
*ラボ汁(豚汁)食材
豚肉/大根/人参/こんにゃく
ごぼう/ねぎ/じゃがいも
- ◎ご飯
- ◎ポークジンジャー
- ◎ポテトサラダ
- ◎白菜の浅漬け



おやつ

白玉の
きなこもち
*昼食のときに
もらえます

★おとなのみ★
夏野菜の天ぷら
バナメイエビ/かぼちゃ
なす/ピーマン

- ◎ご飯
- ◎ポークカレー
- ◎福神漬
- ◎メンチカツ 1個
- ◎サラダ
(キャベツ/レタス
きゅうり)
- ◎オレンジ 1個
- ★おとなのみ★
ニラとシーフードの
マスタード



キャンプ
3日目

朝ごはん

- ◎ご飯
- ◎ミートボール 2個
- ◎ししゃも 3尾
- ◎シーチキンサラダ
(ライトツナフレーク、
キャベツ)
- ◎きんぴらごぼう
- ◎みそ汁(豆腐/わかめ/ねぎ)
- ◎しゅうまい 2個
- ◎味付けのり ◎しば漬け
- ◎ももゼリー 1個



★おとなのみ★
昼食と夕食には、おとな(中学生以上)用に
おかずが一品多く付いてきます。



※ドレッシング2種
(白フレンチ, 青じそ)
しょうゆ, ソースについて



1日目の夕食時に配布します。
足りなくなった場合は、
食缶の受け取りや返却時にスタッフから
もらってください。
なお、キャンプ中はロッジの冷蔵庫で保管し、
3日目の朝食返却時に戻してください。

おやつ

牛乳
バナナ
*朝食のときに
もらえます

1日目・2日目夜には父母交流会!

※状況により中止の場合もございます。ご了承ください。

父母交流会には おやき や
地元信濃のお菓子を用意しています。
お子さんを寝かせてからご参加ください。

※お子さま用の とりわけ用食器について



食事不要を選ばれたお子さまの食器は、
食缶には入っておりません。
ご持参いただくか、
毎食時にスタッフにお申し出ください。