

令和4年度海浜自然の家食体験メニュー表

区分	料金(1人)		記号	メニュー名	内容・サイドメニュー	備考	活動支援	
	食材	燃料・洗剤等						
朝食	館内食	370円	普通盛り	日替わり	小学校5,6年生基準	・団体が全員同じ量を選んでください。 ・幼稚園、保育園などの団体は、量を減らすこともできます(50円引き:要相談)	厨房提供	
		470円	大盛り		ご飯普通の1.2倍、おかず1品増			
		570円	特盛り		ご飯普通の2倍、おかず数量増			
	野外炊飯	260円	薪:60円 卓上ガス:20円	A1	ごはん&みそ汁	・ふりかけ ・魚肉ソーセージ		自主
				A2	雑炊	・魚肉ソーセージ		
				A3	パン&シチュー	・マーガリン ・ジャム		
				A4	お手軽パン朝食	・ヨーグルト ・魚肉ソーセージ		
	レトルト	320円	薪:60円 卓上ガス:20円	A5	レトルトカレー	・インスタントスープ		自主
				A6	レトルトハンバーグ	・パン ・コーンスープ		
	特別食	250円	資材代:10円	A7	カートンドッグ	・パン ・ウインナー ・チーズ ・ケチャップ	・牛乳パックは各団体で用意してください。 ・アルミホイルやゴミ袋は自然の家で用意します	
	昼食	館内食	420円	普通盛り	日替わり	小学校5,6年生基準	・団体が全員同じ量を選んでください。 ・幼稚園、保育園などの団体は、量を減らすこともできます(50円引き:要相談)	厨房提供
			520円	大盛り		ご飯普通の1.2倍、おかず1品増		
			620円	特盛り		ご飯普通の2倍、おかず数量増		
		野外炊飯	350円	薪:60円 卓上ガス:20円	H1	ウインナーカレー	・福神漬け ・バナナ	
H2					うどん	・バナナ		
レトルト		320円	薪:60円 卓上ガス:20円	H3	レトルトカレー	・インスタントスープ		依頼A 依頼B 自主
				H4	レトルトハンバーグ	・パン ・コーンスープ		
非常食メニュー		370円	薪:60円 卓上ガス:20円	H5	ツナカレー	・ツナ缶 ・コーン缶	・ポリ袋を使って、カレー、シチュー、ごはん、ピラフ、オムレツ、サラダを食材から調理します	依頼A 依頼B 自主
				H6	ツナシチュー	・サラダ(切り干し大根、乾燥わかめ)		
				H7	ピラフ・オムレツ	・バター、ミックスベジタブル ・魚肉ソーセージ ・サラダ(乾燥わかめ、ツナ)		
特別食		250円	資材代:10円	H8	カートンドッグ	・パン ・ウインナー ・チーズ ・ケチャップ	・牛乳パックは各団体で用意してください。 ・アルミホイルやゴミ袋は自然の家で用意します	依頼B 自主
		270円	厨房でゆでてもらう 資材代:10円 自分たちでゆでる 卓上ガス:20円	H9	手打ちうどん(天ざる)	・冷たいめんつゆ(かき揚げ、ねぎ)	・班ごとに団体でゆでることができます	依頼A 依頼B 自主
				H10	手打ちうどん(肉)	・温かいつゆ(肉、厚揚げ、ねぎ)		
		400円	薪:120円	H11	ピザ	・ピーマン、トマト、ベーコン、玉ねぎ	・ピザ窯で焼きます。 ・ピザ焼き担当者が数名必要です	依頼B 自主
	610円	薪:100円	H12	鉄板焼き	・豚肉、野菜、ウインナー、焼きそば	・主食は焼きそば	依頼B 自主	
	260円	薪:60円 卓上ガス:20円	H13	いも煮(出前可)	・ごはん、おにぎりが必要な場合は別にご注文してください(持ち込み不可) ・出来上がったいも煮を現地へお届けできます。(要相談~17:00まで)		依頼B 自主 厨房提供	
	510円		H14	出前カツカレー	・調理済みごはん ・カレー ・トンカツ ・福神漬け	・研修場所へお届けします。(要相談) ・受け渡し時刻 ~17:00 ・使用済みの食器は、紙でふいて返却します。 ・キッチンペーパー等は団体で準備してください	厨房提供	

<活動支援について>

- 【依頼A】 職員が活動の支援をします。
- 【依頼B】 職員が活動について注意点を説明します。(複数回炊飯活動がある場合は、初回のみ)

<持ち込みや持ち帰りについて>

- ・作った料理は食中毒防止のため、持ち帰りはご遠慮ください。
- ・当所の食事と持ち込み食事の併用もご遠慮ください。

<アレルギー対応について>

- ・食物アレルギー個人調査票に記入し、給食申込書と一緒に提出してください。
- その後、必要に応じて栄養士が直接連絡・対応いたします。
- ・食物アレルギー個人調査票は、該当者1人につき1枚作成してください。
- ・代替食がある場合は、引率者が必ず立ち会い、最初に受け取りをお願いします。
- 該当者への事前指導も必ず行ってください。
- ・ホームページより成分表が閲覧できるメニューがありますので、参考にしてください。



海浜自然の家
ホームページ

区分	料金(1人)		記号	メニュー名	内容・サイドメニュー	備考	活動支援	
	食材	燃料・洗剤等						
夕食	館内食	590円	普通盛り		小学校5, 6年生基準 日替わり	・団体が全員同じ量を選んでください。 ・幼稚園、保育園などの団体は、量を減らすこともできます(50円引き:要相談)	厨房提供	
		690円	大盛り					
		790円	特盛り					
	野外炊飯	540円	薪:60円 卓上ガス:20円	Y1	カレーライス	・福神漬け	・野菜サラダ (きゅうり・ミニトマト・ ミニマヨネーズ) ・デザート	依頼B 自主
				Y2	牛丼			
				Y3	芋煮			
	レトルト	320円	薪:60円 卓上ガス:20円	Y4	レトルトカレー	・インスタントスープ		
				Y5	レトルトハンバーグ	・パン ・コーンスープ		
	非常食メニュー	370円	薪:60円 卓上ガス:20円	Y6	ツナカレー	・ごはん ・サラダ(切り干し大根、乾燥わかめ)	・ポリ袋を使って、カレー、シチュー、ごはん、ピラフ、オムレツ、サラダを食材から調理します	依頼B 自主
				Y7	ツナシチュー			
				Y8	ピラフ・オムレツ			
特別食	610円	薪:100円	Y9	鉄板焼き	・豚肉、野菜、ウインナー、焼きそば	・主食は焼きそば。	依頼B 自主	
	260円	薪:60円 卓上ガス:20円	Y10	いも煮 (出前可)	・ごはん、おにぎりが必要な場合は別にご注文してください。(持ち込み不可) ・出来上がったいも煮を現地へお届けできます。(要相談~17:00まで)		依頼B 自主 厨房提供	
	510円		Y11	出前カツカレー	・調理済みごはん ・カレー ・トンカツ ・福神漬け	・研修場所へお届けします。(要相談) ・受け渡し時刻 ~17:00 ・使用済みの食器は、紙でふいて返却します。 ・キッチンペーパー等は団体が準備してください	厨房提供	
(昼食のみ) 弁当	410円		B1	カップル弁当	・日替わり弁当 ・割箸付	・登山活動等には適しません。 ・受け渡し 11:30~	厨房提供	
	310円		B2	登山弁当	・おにぎり2個 ・てりやきチキン ・ウインナー ・漬物 ・割箸付	・活動に携帯できます ・受け渡し7:30~ 出発30分前		
	160円		B3	おにぎり	・わかめ、しそ	・1パック2個(パックなし140円) ・受け渡し時刻9:00~※要相談		
補助食	70円		P1	コーンスープ	・インスタントコーンスープ	・カップは団体で準備 ・お湯は厨房で準備	自主	
	80円		P2	魚肉ソーセージ	・魚肉ソーセージ	・分量が不足な場合に追加してください	厨房提供	
	50円		P3	お茶	・緑茶缶飲料185g			
	80円		P4	オレンジジュース	・缶飲料190g	・お茶、ジュースは、必要時追加してください		
	70円		P5	野菜ジュース	・紙パック125ml			
おやつ	10円	薪:30円	T1	たき火DEおやつ	・マシュマロ	・マシュマロやウインナーを串にさし、 たき火で焼き色がつくまであぶります	自主	
	60円		T2		・ウインナー			

<活動支援について>

【依頼A】 職員が活動の支援をします。

【依頼B】 職員が活動について注意点を説明します。(複数回炊飯活動がある場合は、初回のみ)

<持ち込みや持ち帰りについて>

・作った料理は食中毒防止のため、持ち帰りはご遠慮ください。

・当所の食事と持ち込み食事の併用もご遠慮ください。

<アレルギー対応について>

・食物アレルギー個人調査票に記入し、給食申込書と一緒に提出してください。

その後、必要に応じて栄養士が直接連絡・対応いたします。

・食物アレルギー個人調査票は、該当者1人につき1枚作成してください。

・代替食がある場合は、引率者が必ず立ち会い、最初に受け取りをお願いします。

該当者への事前指導も必ず行ってください。

・ホームページより成分表が閲覧できるメニューがありますので、参考にしてください。



海浜自然の家
ホームページ