

## 食事メニュー

★対象メニューから1食につき、1メニューをお選びください。

★同一メニューに限りA、Bの選択組合せ可（例 牛丼A 50食+牛丼B 5食（引率者分））

※Aは、小学生以下向け、Bは中学生以上向けとなります。基本的にBはAに比べ1品多くなっています。

### ◆朝食メニュー◆

メニュー	金額	内容
豚汁朝食A	410円	ご飯、豚汁、鯖塩焼き、厚焼き卵、つくね団子、さつま芋甘露煮、味付海苔、沢庵
豚汁朝食B	460円	ご飯、豚汁、鯖塩焼き、厚焼き卵、つくね団子、さつま芋甘露煮、味付海苔、冷奴、ほうれん草胡麻和え
洋朝食A	410円	パン、コンソメスープ、チーズドッグ、カップゼリー、ハム、チキンナゲット、オムレツ、イチゴジャム、マーガリン
洋朝食B	460円	パン、コンソメスープ、チーズドッグ、カップゼリー、ハム、チキンナゲット、オムレツ、イチゴジャム、マーガリン、フルーチェ
和洋朝食A	410円	ご飯、味噌汁、鯖塩焼き、オムレツ、串付きフランクフルト、コールスロー、沢庵。金平ごぼう
和洋朝食B	460円	ご飯、味噌汁、鯖塩焼き、オムレツ、串付きフランクフルト、コールスロー、金平ごぼう、冷奴、ほうれん草胡麻和え
鯖塩焼き朝食A	410円	ご飯、味噌汁、鯖塩焼き、さつま芋甘露煮、納豆、味付海苔、沢庵
鯖塩焼き朝食B	460円	ご飯、味噌汁、鯖塩焼き、さつま芋甘露煮、納豆、味付海苔、冷奴、ほうれん草胡麻和え

### ◆◆昼食メニュー◆◆

メニュー	金額	内容
カレーライスA	490円	カレーライス、サラダ
カレーライスB	600円	カレーライス、サラダ、コロッケ
ふわふわ卵のオムライスA	490円	オムライス、サラダ
ふわふわ卵のオムライスB	600円	オムライス、コンソメスープ、サラダ、フルーチェ
ナポリタンスパゲティA	490円	ナポリタンスパゲティ、サラダ
ナポリタンスパゲティB	600円	ナポリタンスパゲティ、コンソメスープ、サラダ、フルーチェ
牛丼A	490円	牛丼、味噌汁、温泉卵
牛丼B	600円	牛丼、味噌汁、温泉卵、サラダ、フルーチェ
親子丼A	490円	親子丼、味噌汁
親子丼B	600円	親子丼、味噌汁、サラダ、フルーチェ

### ◆◆◆夕食メニュー◆◆◆

メニュー	金額	内容
鶏唐揚げ定食A	790円	ご飯、味噌汁、鶏唐揚げ、ポテトフライ、※1付け合せ
鶏唐揚げ定食B	880円	ご飯、味噌汁、鶏唐揚げ、ポテトフライ、※1付け合せ、ロールキャベツ、ウィンナー
ハンバーグ定食A	790円	ご飯、味噌汁、ハンバーグ、串付きフランク、オニオンリング、コールスロー、ポテトフライ、ミニカップゼリー
ハンバーグ定食B	880円	ご飯、味噌汁、ハンバーグ、串付きフランク、オニオンリング、コールスロー、ポテトフライ、ミニカップゼリー、豚肉生姜焼き
がっつり定食A	790円	ご飯、味噌汁、ハンバーグ、コロッケ、鶏唐揚げ、コールスロー、焼きそば
がっつり定食B	880円	ご飯、味噌汁、ハンバーグ、コロッケ、鶏唐揚げ、コールスロー、焼きそば、ロールキャベツ、ウィンナー
ロースカツカレーA	790円	ロースカツカレー、サラダ
ロースカツカレーB	880円	ロースカツカレー、サラダ、ポテトサラダ、フルーチェ
ぶり照焼き定食A	790円	ご飯、味噌汁、ぶり照焼き、金平ごぼう、冷奴、ほうれん草胡麻和え
ぶり照焼き定食B	880円	ご飯、味噌汁、ぶり照焼き、金平ごぼう、冷奴、ほうれん草胡麻和え、ロールキャベツ、ウィンナー
※未就学児のみ		
ちびっこ定食	590円	ご飯、味噌汁、ハンバーグ、海老フライ、鶏唐揚げ、ウィンナー、コールスロー、ゆで卵、ポテトサラダ、ミニカップゼリー
スタミナ定食	880円	ご飯、味噌汁、肉野菜炒め、温泉卵
※2ビーフシチューA	790円	ご飯、ビーフシチュー、サラダ
※2ビーフシチューB	880円	ご飯、ビーフシチュー、サラダ、ロールキャベツ、ウィンナー
ご当地メニュー		
味噌カツ定食	1000円	ご飯、味噌汁、味噌カツ、コールスロー、ミニトマト、ポテトフライ、ポテトサラダ
ご当地メニュー		
四日市とんてき定食	1000円	ご飯、味噌汁、四日市とんてき、ポテトフライ、※1付け合せ

※1夕食の付け合せは、コールスロー、ミニカップゼリー、ポテトサラダです。

※2ビーフシチューは冬季（12～3月）の限定メニューです。

## ●●野外炊事メニュー●●

品目	単価	内容
カレーライス	440円	米150g・カレールー・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・福神漬け
アレルギーフリー仕様カレーライス	490円	米150g・カレールー（アレルギーフリー）・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・福神漬け
ハヤシライス	440円	米150g・ルー・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも
クリームシチュー	440円	米150g・ルー・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも
焼きそば	440円	焼きそば麺・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・ソース

※生米の量の増減は可能です。詳しくは、「四日市市少年自然の家 野外炊事用白米（生米）増減価格表」をご覧ください。

### ▼▼お弁当メニュー▼▼

品目	単価	内容
おにぎり2個パック	230円	※画像参照①
おにぎりおかずセット	320円	※画像参照②
助六寿司	420円	※画像参照③
幕の内弁当A	450円	※画像参照④
幕の内弁当B	500円	※画像参照⑤

※その他、ご予算ご要望により調製致します。お気軽にお問い合わせ下さい。

①



②



③



④



⑤



### その他、飲食物販（夜食等）

品目	単価	内容
サンドイッチ	220円	★注意★7月～9月は販売致しません
菓子パン	110円	ジャムパン、あんぱん、クリームパン、メロンパン等
ケーキ	220円	いちごショート等
200ml 紙パックジュース	110円	オレンジ・グレープ・アップル・フルーツミックスの4種類
500ml ペット飲料	120円	緑茶・ウーロン茶・スポーツドリンク・オレンジ・りんごの5種類

※その他、お問い合わせ頂ければご用意できるものをご案内させていただきます。

### 食事提供時間

朝食（4月～9月）	6：30～ 9：00
朝食（10月～3月）	7：00～ 9：30
昼食	11：00～13：30
夕食	17：00～19：30

※食事の提供時間については、他団体と調整させていただく場合がありますので、ご了承ください。

四日市市少年自然の家 食堂運営会社 TSKサービス株式会社

## 四日市市少年自然の家 野外炊事用白米（生米）増減価格表

基本 生米（150g）・・・およそ1合  
 ※炊き上がりで310g～320g  
 ※150gは、小中学生の一般的な量

### 価格変動表

生米量	無	75g	80g	90g	100g	110g	120g
		0.5合		0.6合			0.8合
変動価格	▼40円	▼20円			▼10円		

生米量	130g	140g	150g	160g	170g	180g
						1.2合
変動価格	標準価格			△10円		

※米の量は、10g単位で対応可能（上記以外は、要相談）

※米の価格の変動により料金を改定する場合あり。

お問い合わせは下記までお願いします。

四日市市少年自然の家 食堂運営会社 TSKサービス株式会社 食堂直通電話  
 TEL 059-329-8118