

# 大阪府立少年自然の家 お食事 & 野外料理

| 食事 | 朝食   | 昼食   | 夕食     |
|----|------|------|--------|
|    | 650円 | 750円 | 1,050円 |

※未就学児は朝食580円、昼食730円、夕食950円となります。  
※昼食弁当800円～。他団体の食堂利用状況等によりお受けできない場合がございます。

ごはん・汁は  
おかわり自由！

|   |      |   |
|---|------|---|
| 朝食ミックスサンドセット<br>※火・水・金・土・日の朝限定<br>※5セットから承ります | 650円 | サンドイッチ・バナナ・紙パックドリンクのセット。月・木曜日はご提供できません。食物アレルギー対応不可。 |
|---|------|---|

ガッツリプラン 300円  
昼・夕食のメインのおかずが2倍  
食べ盛りのお子様や運動部合宿等、  
たくさん食べたい方におすすめです！

## 重要 新規ご注文・食事数の変更 締め切りについて

### 食堂での食事

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
10食以上の変更…入所の5日前17時  
10食未満の変更…入所の3日前17時

### 補食・夜食・野外料理・朝食ミックスサンドセット

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
数変更…入所の5日前17時

### お弁当

新規注文・取消し…入所の10日前  
数変更…入所の7日前17時

特殊な注文の新規注文・数変更・取消しは  
入所の10日前までです。



|                                      |                           |                                   |                                |
|--------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| お飲物                                  | 紙パックドリンク<br>(200ml～250ml) | 110円                              | 牛乳、コーヒー牛乳、オレンジ、<br>フルーツミックス、緑茶 |
|                                      | ペットボトルドリンク<br>(500ml)     | 170円                              | スポーツドリンク、緑茶、麦茶                 |
|                                      |                           | 140円                              | 天然水                            |
|                                      | コーヒーポット<br>サービス           | 約10杯分1,300円<br>(ミルク・シュガー付き・カップ貸出) |                                |
| 水筒補充用のお茶は、1リットル30円です。<br>(給茶タンクでの提供) |                           |                                   |                                |

|       |   |      |   |
|-------|---|------|---|
| 夜食・補食 | 菓子パン<br>※5個から承ります<br>6個未満の場合はご相談ください    | 150円 | 北海道バターフラワー：北海道産バター入りクリームを折り込んだパン<br>シュガーバターコッペ：コッペパンにシュガーバターをトッピング<br>メープルワッサン：クロワッサン型に焼き上げたメープル味のパン<br>カスタードクリーム：口どけのよいカスタードクリーム入り<br>チョコカスター：口どけのよいチョコクリーム入り<br>麦コッペ(ジャム付)：アレルギー対応商品。卵、乳不使用 |
|       | おにぎりセット<br>※11時半から承ります                  | 300円 | 塩むすび(ゆかり付)2個と付合せ(昆布等)のセット<br>おかず付+100円、味噌汁付+100円  |
|       | サンドイッチセット<br>※5セットから承ります<br>※11時半から承ります | 450円 | サンドイッチと紙パックドリンク1個のセット   |
|       | アイスクリーム                                 | 150円 | かき氷(しろ)、かき氷(いちごフロート)、アイスボックス、<br>あいすくりん   |
|       | ハーゲンダッツ                                 | 400円 | バニラ、ストロベリー、グリーンティー、<br>クッキー&クリーム  |
|       | デザート菓子                                  | 110円 | プリン、ゼリー、ヨーグルト   |
|       | フルーツ                                    | 時価   | バナナ、スイカ、パイナップル等。お値段は季節により異なります<br>ので、ご相談ください。   |



補食・夜食・お飲物に関し  
てはアレルギー対応食の  
提供は行っておりません。  
食べられるものをご注文  
いただくか、ご持参ください。  
原材料は下のQRコードよ  
りご確認ください。



補食・夜食・飲物の  
原材料はこちら

※大人向けオードブル等は裏面にございます。

|           |        |                                |                                |
|-----------|--------|--------------------------------|--------------------------------|
| 夜食・オードブル等 | フルーツ盛合 | 2,800円                         | 【4~5人前】<br>フルーツ5品程度。季節により異なります |
|           | 乾き物セット | 1,300円                         | 【4~5人前】<br>ポテトチップ、するめ等6品程度     |
|           | オードブル  | 1,800円                         | 【4~5人前】<br>鶏手羽先、チーズ、枝豆等数種類盛合せ  |
|           | 特注     | ご希望に応じて、ご注文下さい。<br>お見積もりいたします。 |                                |

※お子様向け夜食・補食は、裏面にございます。

お酒類もご注文いただけます。  
お酒の持込は、固くお断りして  
います。



## パーティー・鍋・特別食も承ります



### 懇親会・パーティー等 特別料理メニュー

ご予算・ご要望に応じて、コーディネートいたします。食堂や研修室・オリエンテーションホール等お客さまのご希望に沿った場所でのお食事が可能です。懇親会・謝恩会・歓送迎会などにおすすめです。

メニュー例：前菜、ローストビーフ、ローストポーク、から揚げ、スペアリブ、チキンナゲット、エビチリ、串カツ、コロッケ、ポテトフライ、棒々鶏、スパゲティ、サラダ、点心類、野菜煮物、炊き込みご飯、焼きそば、サンドイッチ、汁物、フルーツ、ケーキ、アイスクリーム など  
その他ご予算に応じてご相談ください。

お1人様2,000円～（飲物別）



イメージ写真



イメージ写真



\*鍋物・パーティー食・特別料理などは  
その日の利用状況により提供できない  
場合がございます。  
あらかじめご了承ください。

| 冬の<br>定番<br>鍋物           | ちゃんこ鍋                       | 寄せ鍋                         |
|--------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                          | 肉・野菜・魚介類等12品<br>中華そば、付付     | 肉・野菜・魚介類等12品<br>雑炊、付付       |
|                          | 2,860円                      | 3,520円                      |
|                          | すき焼き                        | すき焼き(小)                     |
|                          | 牛肉200g、野菜等具材6~<br>7品、生卵、うどん | 牛肉120g、野菜等具材6~<br>7品、生卵、うどん |
|                          | 3,400円                      | 2,300円                      |
| 国産牛しゃぶ                   | 国産豚しゃぶ                      |                             |
| 牛肉150g、野菜等具材6~<br>7品、うどん | 豚肉150g、野菜等具材6~<br>7品、うどん    |                             |
| 3,300円                   | 1,980円                      |                             |

※ 鍋物にご飯はついておりません。

※ 鍋物はいずれも10食から承ります。

| 鍋物のオプションメニュー | ごはん | 250円 |
|--------------|-----|------|
|              | サラダ | 180円 |

# 野外料理を楽しもう



|                   |                       |   |   |
|-------------------|-----------------------|---|---|
| 野外料理<br>人気の定番メニュー | カレーライス(豚肉)            | 550円                                      | 米120g、豚肉50g、じゃがいも、玉葱、人参、牛脂、ルー(甘口)         |
|                   | カレーライス(牛肉)            | 610円                                      | 米120g、牛肉50g、じゃがいも、玉葱、人参、牛脂、ルー(甘口)         |
|                   | 防災カレー<br>小分けオプション+50円 | 610円                                      | 米120g、ウインナー3本、ミックスビーンズ、ルー(甘口)、炊飯袋2枚       |
|                   | シーフードカレー              | 650円                                      | 米120g、シーフード50g、じゃがいも、玉葱、人参、牛脂、ルー(甘口)      |
|                   | カレーライス(ウインナー)         | 550円                                      | 米120g、ウインナー2本、じゃがいも、玉葱、人参、牛脂、ルー(甘口)       |
|                   | <お米の増量>               | 20円                                       | 米120gを140gに増量します                          |
|                   | ビーフシチュー               | 550円                                      | 米120g、牛肉50g、じゃがいも、玉葱、人参、シチューの素            |
|                   | ヤキソバ                  | 550円                                      | 焼きそば麺1.5玉、豚肉50g、キャベツ、もやし、ピーマン、花かつお、ソース、牛脂 |
|                   | 豚汁とご飯                 | 550円                                      | 米120g、豚肉50g、青ねぎ、焼き豆腐、大根、人参、こんにゃく、ゴボウ、みそ   |
|                   | おでん                   | 550円                                      | 米120g、牛すじ1本、ゆで卵、こんにゃく、あげ、じゃがいも、大根、おでんの素   |
| 味噌汁とご飯(朝)         | 420円                  | 米120g、豆腐、あげ、青ねぎ、のり佃煮、みそ、漬物                |   |
| ホットドック(10本)       | 2,500円                | ドックパン10本、ロングウインナー10本、ケチャップ(小袋)10個、カットキャベツ |   |



↑ 野外料理(カレー)



↑ 野外料理(ダッチオーブン)

野外炊飯は朝も可能!

※カートンドックの場合は牛乳パック、アルミホイル等をご持参ください。

| ダッチオーブン料理  | スタッフドチキン<br>(鶏の丸焼き)  | ローストビーフ   | ポトフ   | スペアリブ煮  | 海鮮パエリア  |
|--|--|---|---|---|---|
|  | 【4~5人前】<br>鶏一羽、にんにく、玉葱、人参、オリーブオイル、レモン汁、調味料、バケツ2本<br>※バケツは中華麺(4玉)に変更も可能です | 【8~10人前】<br>牛肉ブロック約1kg、にんにく、赤ワイン、ブイヨン、オリーブオイル、バター、調味料、バケツ2本 | 【4~6人前】<br>ウインナー、玉葱、じゃがいも、人参、キャベツ、調味料、バケツ2本 | 【4~5人前】<br>豚スペアリブ、缶ビール、マーマレードジャム、ゆで卵、白ねぎ、にんにく、調味料 | 【4~5人前】<br>有頭エビ、シーフードミックス、米、パプリカ、アスパラガス、玉ねぎ、レモン、調味料 |
|  | 5,050円   | 6,600円  | 4,000円                                      | 3,300円  | 3,300円  |
| ダッチオーブンは数に限りがありますので、事前にご確認ください。また、セットとなっており、「半分」等での提供はできません。1セットを何人で食べられるかによって、一人当たりの量が変化しますので、ご注意ください。上記の料金にはダッチオーブンレンタルを含みます。ご飯はついておりません。(海鮮パエリアを除く) |  |   |   |   |   |

野外料理に関してはアレルギー対応食の提供は行っておりません。食べられるものをご注文いただくか、ご持参ください。原材料は右のQRコードよりご確認ください。

野外料理の原材料はこちら!



重要

新規ご注文・食事数の変更  
締め切りについて

食堂での食事

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
10食以上の変更…入所の5日前17時  
10食未満の変更…入所の3日前17時

補食・夜食・野外料理

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
数変更…入所の5日前17時

お弁当

新規注文・取消し…入所の10日前  
数変更…入所の7日前17時

特殊な注文の新規注文・数変更・取消しは入所の10日前までです。

|         |                     |      |  |
|---------|---------------------|------|--|
| 道具・燃料など | 野外料理用具セット<br>(10人用) | 440円 | 鍋(大1、小1)、ざる1、ステンレスボウル2 ※                         |
|         | 野外料理食器セット<br>(10人用) | 440円 | 皿10、お椀10、お玉1、しゃもじ1、トンダ1、まな板2、包丁(小2)、ピーラー2、スプーン10 |
|         | まき                  | 650円 | 通常1班に1束  |
|         | しば                  | 550円 | 通常3~4班に1束  |
|         | 木炭                  | 700円 | 3kg入り・着火剤付き                                      |

※ヤキソバ等される場合は、野外料理用具に鉄板、コテをお付けします。

# バーベキューを楽しもう

## おすすめ

| 手ぶらでらくらくセット(4人分)                            |  |
|---|--|
| 牛肉800g(豪州)、豚肉400g、フランクフルト4本、野菜6種、焼おにぎり4個、タレ |  |
| グリル(レンタル)、調理器具(レンタル)、網、炭3kg、紙皿、割りばし         |  |
| 9,980円                                      |  |

※バーベキューの野菜はカットしておりません。

※1名追加につき2,300円

|         |                                      |       |   |            |  |
|---------|--------------------------------------|-------|---|------------|--|
| 野外料理    | まんぷくセット                              |       | よくばりセット   |            |  |
|         | 牛肉200g(豪州)、フランクフルト1本、野菜6種、焼おにぎり1個、タレ |       | 牛肉250g(国産100g、豪州150g)、フランクフルト1本、野菜6種、焼おにぎり1個、タレ |            |  |
|         | 1,780円                               |       | 2,850円  |            |  |
|         | お手軽セット                               |       | ファミリーセット(4人分)                                   |            |  |
| バーベキュー  | 牛肉150g(豪州)、野菜4種、フランクフルト1本、焼おにぎり1個、タレ |       | 牛肉600g(豪州)、野菜4種、ウインナー8本、焼おにぎり4個、タレ              |            |  |
|         | 1,210円                               |       | 4,700円  |            |  |
|         | オプションメニュー                            | シーフード | 890円  | エビ、イカ等魚介   |  |
|         |                                      | 牛肉追加  | 390円  | 豪州牛肉100g   |  |
|         |                                      | 豚肉追加  | 230円  | 国産豚ロース100g |  |
| 焼おにぎり追加 |                                      | 210円  | 2個セット(冷凍食品)                                     |            |  |

※バーベキューの野菜はカットしておりません。

## 重要

新規ご注文・食事数の変更  
締め切りについて

### 食堂での食事

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
10食以上の変更…入所の5日前17時  
10食未満の変更…入所の3日前17時

### 補食・夜食・野外料理

新規注文・取消し…入所の7日前17時  
数変更…入所の5日前17時

### お弁当

新規注文・取消し…入所の10日前  
数変更…入所の7日前17時

特殊な注文の新規注文・数変更・取消しは



↑バーベキュー



↑アヒージョ

|         |   |   |                               |
|---------|---|---|-------------------------------|
| BBQと一緒に | えびのアヒージョ  | きのこのアヒージョ   | 巨大肉の串焼き                       |
|         | 【4人前】<br>むきえび、ミニトマト、ブロッコリー、にんにく、鷹の爪、バケット、オリーブオイル、塩コショウ<br>(スキレットレンタル代含む。) | 【4人前】<br>しめじ、まいたけ、ミニトマト、ブロッコリー、にんにく、鷹の爪、バケット、オリーブオイル、塩コショウ<br>(スキレットレンタル代含む。) | 【5~10人前】<br>牛肩ロース塊肉1kg、調味料、竹串 |
|         | 1,950円  | 1,950円  | 3,300円                        |

|         |              |        |                |
|---------|--------------|--------|----------------|
| 道具・燃料など | バーベキューグリル(大) | 1,140円 | 1台。7~8人用。網2枚付き |
|         | バーベキュー網(1枚)  | 270円   | 30cm×40cm      |
|         | 木炭           | 700円   | 3kg入り・着火剤付き    |

# 大阪府立少年自然の家

〒597-0102 大阪府貝塚市木積字秋山長尾3350

電話 072-478-8331 FAX 072-478-8335

指定管理者 少年自然の家共同事業体

(公財)大阪ユースホステル協会・(一財)大阪府青少年活動財団