

野外炊事

	メニュー	活動時間	持ち物	内容
1	カレーライス & フルーツ	飯盒使用 4時間 食堂炊き ご飯 3時間	カレーの皿 フルーツ用カップ スプーン 紙コップ 新聞紙 (1日分/グループ)	【ごはんの炊き方を選ぶ】 A：飯盒でご飯を炊く B：食堂でご飯を炊いてもらう ※ <u>夏季期間は食堂炊きご飯</u> ※薪代が別途必要 飯盒使用…1グループ1束 食堂炊きご飯：2グループで1束
2	五平もち (1人2本)	3時間	皿 紙コップ	両面きつね色になるまで焼き、味噌を塗りま す。味噌がぷくぷくと焼けてきたらできあがり です。 ※炭代が別途必要 
3	パックドッグ (1人2本)	1時間30分	牛乳パック(2本) 紙コップ 皿 アルミホイル (30cm四方× <u>4枚</u>)	コッペパンに具材をはさみ、アルミホイルで包 みます。牛乳パックに入れて着火し、牛乳パッ クが燃え尽きたらできあがりです。 
4	パックロール からあげ または ささみかつ (1人2本)	1時間30分	牛乳パック(2本) 紙コップ 皿 アルミホイル (30cm四方× <u>2枚</u>)	トルティーヤ生地で具材を巻き、アルミホイル で包みます。牛乳パックに入れて着火し、牛乳 パックが燃え尽きたらできあがりです。 

5	煮込みラーメン	3時間	紙コップ 新聞紙 (1日分/グループ)	白菜、にんじん、玉ねぎなど野菜が入った味噌ラーメンです。 ※薪を2グループで1束使用(別途費用)
6	焼きそば & フランクフルト	2時間	皿 紙コップ 箸 新聞紙 (1日分/グループ)	鉄板で焼きそば・串付きフランクフルトを焼きます。 ※薪を2グループで1束使用(別途費用)

