

【資料】フットパス弁当

気高コース 気多の味弁当（西商工会気高地域女性部）



ほたて飯、白米とつわ路のつくだ煮  
ごぼうとかぼちゃの天ぷら  
塩サバとみょうが酢漬け  
長いもの酢の物とかまぼこ、卵焼き  
こんにゃく、きつまいも、人参といんげんの煮物  
大山産ウインナーのポイル  
果物（なし、ぶどう）

鹿野コース 夢こみち弁当 (夢こみち)



古代米ごはん

黒豆入りハンバーグらっきょうソース添え

鱈フライ、野菜のてんぷら (人参の葉、さつまいも、むかご)

卵焼き、ポテトサラダ、炊き合わせ

ジャガイモの煮っころがし、そうめんかぼちゃ、昆布の佃煮

しそゼリー

青谷コース まめっこ弁当 (かちべ伝承館)



白米

卵の花コロッケ、卵焼き、ポテトサラダ

天ぷら (きつまいも、かにかま)

煮物 (高野豆腐、こんにゃく、かぼちゃ、にんじん、煮豆)

漬物 (わらび、玉ねぎ、にんじん)、酢の物

イチジク煮、フルーツ