

前夜祭&山ごはん

前泊・前夜祭

24日(金) 夜 7名				25日(土) 朝 7名			
☑	品名	数量	予算	☑	品名	数量	予算
	サラダ軍艦・ジンギスカン、たけのこ汁				チーズレタスサンド、ふき味噌トースト・スープ		
	サラダ軍艦、ほか	約70貫	Fireさん		サンドイッチ用パン	1	200円
	たけのこ	7人	13B		バケット	3	800円
	味噌	1	共用		クリームチーズ	2	600円
	さば缶	1	300円		プロセスチーズ2種	各1	500円
	ジンギスカン北海道	200g×3	1,300円		からしマヨ	1	共用
	ジンギスカン信州	270g×2	1,000円		レタス	1	200円
	シャウエッセン	1	400円		クラムチャウダー	7人分	1,200円
	野菜、もやし	一式	300円		こしあぶら・ふき味噌	7人分	13B
	その他	1	-		予備費(食器洗剤)	1	200円

*7名時の食費予算7,000円/現在の推定食費7,000円 食費目標予算1人1,000円

*かっぱ寿司はfireさん優待カードで支払い(推定4,000円)

*注:味噌、からしマヨはコテージ会費購入品を共用させていただきます。ご了承下さい

*前夜作業:たけのこ汁、ジンギスカン、朝食サンドイッチ、昼食おむすび、おかず類、炒飯用ウインナー焼き

山ごはん

25日(土) 昼 6~8名				
☑	品名	数量	予算・用意	備考・段取り
	山菜おむすび 7名分(サク姉分も含む)			
	海苔	20枚程度	400円	炊飯器持参 前夜に手作り(マスク・料理用手袋着用) 炊きたてご飯に刻みコシアブラ+塩 具はふき味噌、海苔巻き、個別ラップ包み 翌朝レンチン、熱湯耐熱ボトル&保温バックで持参
	塩	1	共用	
	米	7合	13B	
	ふき味噌、こしあぶら	1	13B	
	耐熱ボトル、保温バック	2	13B	
	たけのこ汁 8名分			
	たけのこ・山うど	適量	現地観察	たけのこ、山うどは当日観察 味噌(きゅうり味噌兼用)、水は約2ℓを分担 たけのこカッター、まな板、受け皿 ガソリンバーナー、鍋、お玉 ラップ・ジブロック等は共用備品を使用
	サバ缶	2	600円	
	味噌	1	共用	
	水	約2ℓ	分担	
	火器、鍋、お玉	一式	13B	
	まな板、ナイフ、カッター	一式	13B	
	おかず・他 6名分(サク姉は不要)			
	シャウエッセン	2	800円	1人2本程度、前夜に調理、余剰は炒飯へ繰り越し
	ハンバーグor一品	適当	1,200円	前夜にリラックマorおかず一品を用意
	きゅうり	8本程度	400円	洗浄して持参、味噌は兼用
	保冷バック	2	13B	分担出来るよう配分
	器、箸	人数分+α	共用	人数分+αの器、箸

*中西山登山は8名。トモエさん、アヤさん2名は自前で用意