

野外炊飯

カレーライス

¥480

○月○日(○)

○食

食 品 名	数 量	
米	130g	
牛肉	45g	
たまねぎ	70g	約中1／3個
じゃがいも	60g	約中1／2個
にんじん	20g	約中1／6本
カレーフレーク	40g	
油	10g	
福神漬け	10g	
オレンジゼリー	1個	
ごみ袋		
麦茶		
洗剤		10ml／人