

2023 年 5 月 27 日～28 日 鬼無里

購入（予算）・準備、リスト 2023 年 5 月 25 日改正 確定版

| 26 日（金） 夜 4 名（前泊予定者） |        |       |         | 27 日（土） 朝 4 名（前泊予定者） |            |      |       |
|----------------------|--------|-------|---------|----------------------|------------|------|-------|
| ☑                    | 品名     | 数量    | 予算      | ☑                    | 品名         | 数量   | 予算    |
| サラダ軍艦・たけのこ汁・ジンギスカン   |        |       |         | トースト&サンドイッチ・スープ      |            |      |       |
|                      | サラダ軍艦  | 4 人分  | Fire さん |                      | パン 2 種     | 4 人分 | 500 円 |
|                      | たけのこ汁  | 4 人分  | 13B     |                      | チーズ 3 種    | 4 人分 | 800 円 |
|                      | 松尾特上ラム | 2 パック | 2,200 円 |                      | ハム         | 1    | 200 円 |
|                      | サバ缶    | 1     | 300 円   |                      | レタス        | 1    | 150 円 |
|                      | 豆もやし   | 2     | 200 円   |                      | からしマヨネーズ   | 1    | 共用    |
|                      | 野菜ミックス | 1     | 150 円   |                      | スープ        | 4 人分 | 350 円 |
|                      |        |       |         |                      | こしあぶら・ふき味噌 | 4 人分 | 13B   |
| 合計 2,850 円（+かっぱ寿司）   |        |       |         | 合計 2,000 円           |            |      |       |

| 27日（土） 昼 8名（おむすび・おかず7人分） |              |       |       |                                                                                                                                                         |
|--------------------------|--------------|-------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ☑                        | 品名           | 数量    | 予算・用意 | 備考・段取り                                                                                                                                                  |
|                          | 山菜おむすび       |       |       |                                                                                                                                                         |
|                          | おむすび用塩海苔     | 20枚程度 | 400円  | 炊飯器持参（鬼無里邸2合炊きは予備）<br><br>前夜に手作り（マスク・料理用手袋着用）<br>炊きたてご飯にコシアブラ+塩<br>具はふき味噌、全て海苔巻き、個別ラップ包み<br>（ラップは他でも共用）<br><br>翌朝、出発前にレンチン、熱湯耐熱ボトルで保温<br>2つの保冷バックに分けて持参 |
|                          | ラップ          | 1     | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 塩            | 1     | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 米            | 5～6合  | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 極上ふき味噌       | 冷凍1袋  | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | こしあぶら        | 適量    | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 料理手袋ビニール     | 数セット  | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 耐熱ペットボトル     | 2     | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | 保冷バック        | 2     | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | たけのこ汁        |       |       |                                                                                                                                                         |
|                          | 味噌           | 1     | 400円  | たけのこ、山うどは当日観察<br><br>味噌（きゅうり味噌兼用）、さば缶×2<br><br>水は約2ℓを分担<br>人数分+αの器、箸<br>取り皿、受け皿<br><br>お玉、たけのこカッター<br>ガソリンバーナー、鍋                                        |
|                          | サバ缶          | 2     | 600円  |                                                                                                                                                         |
|                          | 器、箸          | 人数分+α | 共用    |                                                                                                                                                         |
|                          | 取り皿、受け皿      | 数枚程度  | 共用    |                                                                                                                                                         |
|                          | たけのこ・山うど     | 適量    | 当日観察  |                                                                                                                                                         |
|                          | 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        |       |       |                                                                                                                                                         |
|                          | シャウエッセン      | 大袋    | 900円  | 前夜に調理、ジブロックで持参<br>（ジブロックは他でも共用）                                                                                                                         |
|                          | ジブロック        | 1箱    | 13B   |                                                                                                                                                         |
|                          | ハンバーグ or 一品  | 適量    | 500円  | 前夜にリラックマを施し、ラップで持参                                                                                                                                      |
|                          | きゅうり         | 8本    | 400円  | 食べられる状態にして持参                                                                                                                                            |
|                          | 保冷バック        | 2     | 13B   | 分担出来るよう重量配分                                                                                                                                             |

| 27日(土) コテージ 夜 8名 |          |       |          |   |                 |         |       |
|------------------|----------|-------|----------|---|-----------------|---------|-------|
| ☑                | 品名       | 数量    | 予算・用意    | ☑ | 品名              | 数量      | 予算    |
|                  | 山菜天ぷら    |       |          |   | たけのこ汁 (朝食との2回分) |         |       |
|                  | 天ぷら油     | 1     | 500 円    |   | たけのこ・山うど        | 適量      | 当日観察  |
|                  | 天ぷら粉     | 1     | 400 円    |   | 味噌              | 1       | 共用    |
|                  | 舞茸       | 適量    | 450 円    |   | サバ缶             | 3       | 900 円 |
|                  | 山菜各種     | 適量    | 当日観察     |   | たけのこ焼き          |         |       |
|                  | たらの芽     | 適量    | Shige さん |   | たけのこ            | 適量      | 当日観察  |
|                  | こしあぶら    | 適量    | 13B      |   | からしマヨネーズ        | 1       | 13B   |
|                  | めんつゆ     | 1     | 13B      |   | アルミホイル          | 1       | 13B   |
|                  | 塩        | 1     | 共用       |   | 七味              | 1       | 13B   |
|                  | キッチンペーパー | 1     | 13B      |   | 七輪、網、炭、着火剤      | 一式      | 13B   |
|                  | ダッチオーブン  | 1     | 13B      |   | たけのこ炒飯          |         |       |
|                  | 米        | 5～8 合 | 13B      |   | たけのこ            | 適量      | 現地観察  |
|                  | メンバー持参   |       |          |   | めんつゆ            | 適量      | 共用    |
|                  | わらび      |       | Shige さん |   | シャウエッセン         | 1 (2 袋) | 450 円 |
|                  | 持ち寄り確実   |       | Kinta さん |   | かつお節            | 適量      | 300 円 |
|                  | 持ち寄り濃厚   |       | トモエさん    |   | 米               | 炊飯残り    | 13B   |

| 28日(日) コテージ 朝 8名 |          |       |       |   |          |      |          |
|------------------|----------|-------|-------|---|----------|------|----------|
| ☑                | 品名       | 数量    | 予算・用意 | ☑ | 品名       | 数量   | 予算       |
|                  | グリーンカレー  |       |       |   | その他      |      |          |
|                  | カレーペースト  | 2     | 600 円 |   | ヨーグルト    | 8 人分 | 400 円    |
|                  | ココナッツミルク | 2     | 500 円 |   | レタス      | 1    | 150 円    |
|                  | 鶏肉       | 適量    | 800 円 |   | ミニトマト    | 1    | 250 円    |
|                  | ナス       | 適量    | 500 円 |   | コーン      | 1    | 150 円    |
|                  | ミニトマト    | 1 パック | 300 円 |   | ドレッシング   | 1    | 200 円    |
|                  | たけのこ     | 適量    | 前日観察  |   |          |      |          |
|                  | 玉ねぎ、えんどう | 適量    | 13B   |   | デザート     | 8 人分 | Kinta さん |
|                  | 米        | 7～8 合 | 13B   |   | 珈琲       | 8 人分 | Kinta さん |
|                  | めんつゆ     | 適量    | 共用    |   | 使い捨て容器・箸 | 必要数  | 1,500 円  |

\* コテージ料金：8 名 2 棟 40,800 円 (1 人当たり 5,050 円)

\* 会費 7,000 円時の食費予算：15,600 円 (1 人 1,950 円)

\* 13B 食材買い出しは 12,500 円程度の見込み。志賀イグルー繰越金 2,500 円は調味料各種・備品等に使用

\* 食費余剰は約 3,000 円。持ち寄り者へお支払い

\* 個人用食器類は使い捨て容器を都度使用予定 (負担軽減のため)

・必要最低数：汁用×24、ご飯用×16、カレー用×8、取り皿＋予備×24、コップ×8、カップ×8、箸×24

・前泊者は鬼無里邸利用料 1,000 円、食費は 1,000 円～1,500 円で調整 (かっぱ寿司は fire さん)