お弁当・軽食のご案内

各お弁当・軽食は数に限りがありますので予めご了承ください。

～～ランチョンセミナー～～

参加には「整理券」が必要です。総合受付横の整理券配布カウンターでお受け取り下さい。

【整理券 配布時間】 10月27日（金）8：00～11：00、10月28日（土）7：30～11：00

アゴおばさん弁当と島根大学医学部附属病院管理栄養士との共同考案お弁当！

10月27日（金）

◆ 島根おもてなし弁当 ◆ アゴおばさん弁当

一枡一枡に島根の「うまいもん」を詰め込み、キラキラと華やかなお弁当となりました。

①ご縁神在（ぜんざい）
②ローストビーフ
③隠岐あらめとさつま芋煮
④柿なます
⑤島根牛メンチりんご甘酢ソース
⑥出雲蕎麦
⑦バトウのり塩天ぷら
⑧あご野焼き
⑨しじみ出汁で炊いたしじみご飯
⑩玉子焼き
⑪大田大穴子の柔らか煮
⑫かに寿司

10月28日（土）

◆ 福福福の福きたれ弁当 ◆ アゴおばさん弁当

のどぐろ・奥出雲ポーク・しじみ・赤天・どじょうすくい饅頭
… 食べて満腹！満福！福きたれ！

①しじみの白和え ②奥出雲ポークの粕漬け焼き ③赤天（ハート）
④天ぷら（海老、奥出雲舞茸、人参、オクラ） ⑤銘菓どじょうすくい饅頭
⑥のどぐろ煮付け（付け合せ/人参、牛蒡、絹さや、蓮根、紅葉麩）
⑦大山どりの肉団子 ⑧栗ごはん

～～イブニングセミナー ～～

10月27日（金） 下記の3つの中から、順にお選びいただけます。

◆ 焼き菓子セット A ◆

ベッカライコンディトライヒダカ

夢こむぎのクッキー 万次郎カボチャのサブレ
ロースヒェンチョコレート ロースヒェン木苺
フルヒテクーヘンスライス

◆ 島根の菓子詰め合わせ ◆

しまね風土菓 ささ井屋

さんべ山（小倉） スイートポテト きれんげ
しあわせれもん カステラ 銀山しぐれ

◆ 焼き菓子セット B ◆

パティスリー ルノワール

フロランタン（神迎えの塩使用） フィナンシェ
ガレット（神迎えの塩使用） バニラクッキー
抹茶のディスクショコラ（桃翠園の抹茶使用）

～～モーニングセミナー～～

10月28日（土） 下記の2つの中から、順にお選びいただけます。

◆ モーニングサンドBOX ◆

石窯パン工房 森のくまさん

天然酵母のふわふわ食パンで作った時間がたっても美味しいサンド

厚切りベーコンエッグサンド 自家製玉子サラダサンド
BLTサンド・季節のフルーツ

◆ おにぎり弁当 ◆

おいしさ工房ふるかわ

おにぎり2種 炒め物 揚げ春巻 赤魚バジル焼き
ミニハンバーグ 浅漬け 筑前煮 だし巻玉子 酢の物