

夕食	例：Aコース1日目	例：Aコース2日目
先付け	三種（野沢菜のわさび漬け、おぼろ豆腐の冷ややっこ、ほか）	三種（野沢菜のわさび漬け、おぼろ豆腐の冷ややっこ、ほか）
お刺身	鯉のあらい	馬肉
お肉	信州牛プレミアム牛&信州豚	山賊焼き
魚	岩魚の塩焼き	うなぎの蒲焼
天ぷら	季節の天ぷら4種	季節の天ぷら4種
サラダ	信州高原野菜サラダ	信州高原野菜サラダ
煮物	信州大根の煮物または鯉の甘煮	信州大根の煮物または鯉の甘煮
地物	信州とろろそば	信州とろろそば
ごはん	信州産白米	信州産白米
香物	野沢菜	野沢菜
汁物	季節の汁物	季節の汁物
フルーツ	季節のフルーツ三種	季節のフルーツ三種

朝食	一例
ごはん	信州産白米
香物	野沢菜
汁物	季節の汁物
おかず	長いも、なばな、奈良漬、明太、自家製梅干し、信州産大豆を使った納豆
焼き魚	鮭
サラダ	信州高原サラダ
ヨーグルト	信州高原ヨーグルト
フルーツ	季節のフルーツ三種
飲み物	信州産の牛乳、ニンジンジュース、リンゴジュース、ぶどうジュース