



100km エイド提供品(2025)

		ドリンク類	食べ物	100km限定メニュー
1A	横手山 (21km)	水(志賀高原天然水) 麦茶 コーラ クエン酸コンク(ミネラル鉄プラス) アクエリアス	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット ミニドーナッツ 塩羊羹 フルーツゼリー	手作り梅酢(梅干し)
2A	蓮池 (35km)	水(志賀高原天然水) コーラ	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット	
3A	一の瀬 (40km)	水(志賀高原天然水) 麦茶 コーラ クエン酸コンク(ミネラル鉄プラス) アクエリアス オレンジジュース	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット ミニドーナッツ 塩羊羹 フルーツゼリー しゃり玉 信州ボンちゃんラーメン(カップ麺)	山ノ内町特産そば団子汁 ランチパック(タマゴ・ツナマヨ)
4A	牧場入口 (54km)	水(志賀高原天然水) コーラ	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット	
5A	竜王 (70km)	水 麦茶 コーラ クエン酸コンク(ミネラル鉄プラス) ミルクティー アクエリアス オレンジジュース	バナナ チップスター 塩分タブレット ミニドーナッツ 塩羊羹 フルーツゼリー しゃり玉 信州ボンちゃんラーメン(カップ麺) コンソメスープ	みそ汁 いなり寿司 甘酒ミニパウチ
6A	一の瀬 (83km)	水(志賀高原天然水) 麦茶 コーラ クエン酸コンク(ミネラル鉄プラス) アクエリアス オレンジジュース	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット ミニドーナッツ 塩羊羹 フルーツゼリー しゃり玉 信州ボンちゃんラーメン(カップ麺)	山菜うどん ランチパック(タマゴ・ツナマヨ)
7A	奥志賀 (91km)	水(志賀高原天然水) 麦茶 コーラ クエン酸コンク(ミネラル鉄プラス) ミルクティー	バナナ 温泉まんじゅう チップスター 塩分タブレット ミニドーナッツ 塩羊羹 フルーツゼリー しゃり玉 信州ボンちゃんラーメン(カップ麺) コンソメスープ	漬物 いなり寿司

※提供メニューは当日までに変更になる場合がございます。