

バイキング 原材料表(平成30年12月～31年2月)

| | A | 原材料 | B | 原材料 | C | 原材料 | D | 原材料 | E | 原材料 | |
|-----------|--|--|--|--|--|---|---|--|--|--|---|
| 日付 | 12/1.6.11.16.21.26. | | 12/2.7.12.17.22.27. | | 12/3.8.13.18.23.28. | | 12/4.9.14.19.24. | | 12/5.10.15.20.25. | | |
| | 1/6.11.16.21.26.31. | | 1/7.12.17.22.27. | | 1/8.13.18.23.28. | | 1/4.9.14.19.24.29. | | 1/5.10.15.20.25.30. | | |
| | 2/5.10.15.20.25. | | 2/1.6.11.16.21.26. | | 2/2.7.12.17.22.27. | | 2/3.8.13.18.23.28. | | 2/4.9.14.19.24. | | |
| 朝食 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | |
| | 白がゆ | 米 | 白がゆ | 米 | 白がゆ | 米 | 白がゆ | 米 | 白がゆ | 米 | |
| | パン | 食パン、白いロールパン、全粒粉入りロールパン | パン | 食パン、白いロールパン、全粒粉入りロールパン | パン | 食パン、白いロールパン、全粒粉入りロールパン | パン | 食パン、白いロールパン、全粒粉入りロールパン | パン | 食パン、白いロールパン、全粒粉入りロールパン | |
| | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | コーンフレーク | |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | |
| | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | |
| | 漬物 | 桜大根 | 漬物 | 桜大根 | 漬物 | 桜大根 | 漬物 | 桜大根 | 漬物 | 桜大根 | |
| | ジャム | イチゴジャム | ジャム | イチゴジャム | ジャム | イチゴジャム | ジャム | イチゴジャム | ジャム | イチゴジャム | |
| | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | マーガリン | |
| | コンソメスープ | たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | コンソメスープ | たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | コンソメスープ | たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | コンソメスープ | たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | コンソメスープ | たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | |
| | 味噌汁 | わかめ、みそ、和風だし、長ねぎ | 味噌汁 | わかめ、みそ、和風だし、長ねぎ | 味噌汁 | わかめ、みそ、和風だし、長ねぎ | 味噌汁 | わかめ、みそ、和風だし、長ねぎ | 味噌汁 | わかめ、みそ、和風だし、長ねぎ | |
| | さばのみそ煮 | さば、みそ、みりん、酒、砂糖 | 白身魚のマスタード焼き | 白身魚、マスタード、マヨネーズ、塩、黒こしょう | さばの塩焼き | さば、塩 | さばの柚子みそ焼き | さば、みそ、酒、砂糖、みりん、柚子みそ | 白身魚のイタリアンハーブ焼き | 白身魚、ハーブシーズニング、マヨネーズ、塩、こしょう | |
| | オムレツ | オムレツ | 厚焼玉子 | 厚焼玉子 | スクランブルエッグ | 卵、塩、油 | オムレツ | オムレツ | 麩の卵とじ | 麩、卵、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、和風だし | |
| | 納豆 | 納豆、たれ、からし | 納豆 | 納豆、たれ、からし | 納豆 | 納豆、たれ、からし | 納豆 | 納豆、たれ、からし | 納豆 | 納豆、たれ、からし | |
| | スパゲッティサラダ | スパゲッティ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう | 小松菜の煮浸し | こまつな、もやし、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、和風だし | マカロニサラダ | マカロニ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう | ほうれん草煮浸し | ほうれん草、もやし、にんじん、しょうゆ、みりん、和風だし | もやしのごま和え | もやし、にんじん、ごま、しょうゆ、みりん、和風だし | |
| | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | |
| | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | バナナ | |
| | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | |
| | 昼食 | 麻婆豆腐丼 | 米、豆腐、鶏挽肉、にんじん、しょうが、にんにく、しょうゆ、中華味、ごま油、かたくり粉、豆板醤、油 | カリカリ梅ごはん | 米、梅しそ(ごま入り) | こぎつねごはん | 米、鶏肉、にんじん、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、和風だし、油 | ちりめん野沢菜ごはん | 米、ちりめん野沢菜ごはんの具(ごま入り) | わかめごはん | 米、わかめふりかけ |
| | | 野菜カレー | 米、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ケチャップ、中濃ソース、カレールウ、にんにく、油 | 挽肉カレー | 米、鶏挽肉、たまねぎ、にんじん、中濃ソース、ケチャップ、カレールウ、にんにく、油 | 冬野菜カレー | 米、カリフラワー、たまねぎ、れんこん、中濃ソース、ケチャップ、カレールウ、にんにく、油 | 野菜カレー | 米、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ケチャップ、中濃ソース、カレールウ、にんにく、油 | チキンカレー | 米、鶏肉、たまねぎ、にんじん、中濃ソース、ケチャップ、カレールウ、にんにく、油 |
| しょうゆラーメン | | 中華麺、わかめ、なると、長ねぎ、しょうゆ、鶏がらスープの素、中華味、ラー油、塩 | わかめうどん | うどん、わかめ、うすくちしょうゆ、みりん、和風だし、長ねぎ、酒、塩 | 塩ラーメン | 中華麺、こまつな、長ねぎ、鶏がらスープの素、塩、こしょう、ラー油、ごま油 | ためきうどん | うどん、天かす、長ねぎ、うすくちしょうゆ、みりん、塩、和風だし | チゲ風うどん | みそ、鶏がらスープの素、マーガリン、キムチの素、にんにく、ラー油 | |
| たまごスープ | | 卵、ごま油、中華味、塩、こしょう、かたくり粉 | 中華スープ | にら、もやし、にんじん、中華味、塩、こしょう、かたくり粉、ごま油 | 野菜スープ | キャベツ、にんじん、たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう | わかめスープ | わかめ、長ねぎ、中華味、塩、こしょう、ごま油 | にらたまスープ | にら、卵、ごま油、中華味、塩、こしょう、かたくり粉 | |
| ひじきの煮物 | | ひじき、油揚げ、にんじん、しょうゆ、酒、みりん、和風だし | チャップチェ | 春雨、もやし、にら、にんじん、ごま油、油、ごま、オイスターソース、しょうゆ、こしょう、唐辛子 | 大根と里芋のそぼろあんかけ | 大根、里芋、鶏挽肉、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、和風だし、かたくり粉 | 麻婆はるさめ | 春雨、鶏挽肉、にんじん、酒、豆板醤、かたくり粉、油、しょうゆ、砂糖、中華味、にんにく、しょうが、ごま油、 | れんこんのきんぴら | れんこん、こんにゃく、鶏挽肉、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、、ごま油、唐辛子 | |
| カレーコロッケ | | カレーコロッケ、油 | 肉じゃがコロッケ | 肉じゃがコロッケ、油 | れんこん肉詰めフライ | れんこん肉詰めフライ、油 | コロッケ | 野菜コロッケ、油 | 揚げぎょうざ | ぎょうざ、油 | |
| 春雨サラダ | | 春雨、きゅうり、もやし、にんじん、ハム、中華ドレッシング、砂糖、しょうゆ | かぼちゃのサラダ | かぼちゃ、たまねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう | 切干大根サラダ | 切干大根、きゅうり、にんじん、中華ドレッシング、砂糖、しょうゆ | れんこんとカリフラワーのサラダ | れんこん、にんじん、カリフラワー、たまねぎ、ハム、マヨネーズ、粒マスタード、塩、こしょう、パセリ | ペンのサラダ | ペンネ、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、塩、こしょう | |
| 野菜サラダ | | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | 野菜サラダ | キャベツ | |
| 杏仁寒天 | | 牛乳、寒天、砂糖、アーモンドエッセンス | オレンジゼリー | ミックスジュース、砂糖、寒天 | マスカットゼリー | カルピスマスカット、砂糖、寒天 | オレンジゼリー | ミックスジュース、砂糖、寒天 | マスカットゼリー | カルピスマスカット、砂糖、寒天 | |
| ドリンク | | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | |
| 夕食 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | ご飯 | 米 | |
| | 味噌汁 | こまつな、油揚げ、みそ、和風だし | 味噌汁 | こまつな、油揚げ、みそ、和風だし | 味噌汁 | こまつな、油揚げ、みそ、和風だし | 味噌汁 | こまつな、油揚げ、みそ、和風だし | 味噌汁 | こまつな、油揚げ、みそ、和風だし | |
| | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | ふりかけ | 鮭ふりかけ(ごま入り)、たまごふりかけ(ごま入り) | |
| | ペペロンチーノ | スパゲッティ、ブイヨン、にんにく、パセリ、唐辛子、フライドにんにく、油、塩、黒こしょう | ペンのカルボナーラソース | ペンネ、カルボナーラソース、ハム、塩、こしょう | あんかけ焼きそば | 焼きそば、米油、キャベツ、にんじん、パプリカ、たまねぎ、しょうが、砂糖、しょうゆ、中華味、オイスターソース、かたくり粉、ごま油 | ペンのトマトクリームソース | ペンネ、トマトクリームソース、パセリ | ほうれん草ミルクスパゲッティ | スパゲッティ、ほうれん草、たまねぎ、にんにく、塩、黒こしょう、コンソメ、マーガリン、牛乳 | |
| | ほうれん草グラタン | ほうれん草、マカロニ、チーズ、ホワイトルウ、牛乳 | 手作り豆腐 | 豆乳、にがり | かぼちゃのグラタン | かぼちゃ、マカロニ、チーズ、ホワイトルウ、牛乳 | 冬野菜シチュー | にんじん、カリフラワー、白菜、ホワイトルウ、牛乳 | 野菜のチーズ焼き | にんじん、カリフラワー、トマト、じゃがいも、かぼちゃ、チーズ、塩、黒こしょう | |
| | 肉団子の酢豚風 | 肉団子、油、にんじん、たまねぎ、パプリカ、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、酢、中華味、かたくり粉 | タッカルビ | 鶏肉、たまねぎ、キムチの素、オイスターソース、砂糖、チーズ | チリビーンズハンバーグ | ハンバーグ、チリビーンズ、ケチャップ | 鶏肉と羊のガーリックソテー | 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、パセリ、フライドにんにく、しょうゆ、みりん、にんにく、黒こしょう、油 | 照り焼き豆腐ハンバーグ | 豆腐ハンバーグ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、しょうが、かたくり粉 | |
| | ハタハタフライ | ハタハタフライ、油 | ぶり竜田 | ぶりの竜田揚げ、油 | チキンフィレスティック | チキンフィレスティック、油 | あじ大葉フライ | あじ大葉フライ、油 | 串カツ | 豚串カツ、油 | |
| | 肉豆腐 | 豆腐、豚肉、白菜、たまねぎ、酒、砂糖、しょうゆ、みりん | 根菜のみそ煮 | 鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、長ねぎ、だいこん、しょうが、酒、しょうゆ、砂糖、みそ | 水ぎょうざ | 水ぎょうざ、中華味、塩、こしょう、ごま油 | 白菜といわしつみれのあんかけ煮 | 白菜、いわしつみれ、にんじん、和風だし、砂糖、みりん、酒、うすくちしょうゆ、かたくり粉 | 切干大根の煮物 | 切干大根、にんじん、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、和風だし | |
| | 大根とつみれの煮物 | 大根、いわしつみれ、にんじん、こんにゃく、うすくちしょうゆ、和風だし、 | きんぴらごぼう | こんにゃく、ごぼう、にんじん、和風だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ごま油 | 高野豆腐の煮物 | 高野豆腐、いんげん、しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖 | 筑前煮 | 鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし | かぼちゃのそぼろ煮 | かぼちゃ、いんげん、鶏挽肉、みりん、うすくちしょうゆ、砂糖、酒、和風だし、かたくり粉 | |
| | きゅうりの塩麹和え | きゅうり、もやし、にんじん、塩麹 | みそこんにゃく | こんにゃく、みそ、砂糖、みりん | ふるふき大根 | 大根、和風だし、みそ、砂糖、みりん、酒 | きゅうりの塩麹和え | きゅうり、もやし、にんじん、塩麹 | みそこんにゃく | こんにゃく、みそ、砂糖、みりん | |
| 野菜サラダ | キャベツ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、わかめ、パプリカ、いんげん | 野菜サラダ | キャベツ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、わかめ、パプリカ、いんげん | 野菜サラダ | キャベツ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、わかめ、パプリカ、いんげん | 野菜サラダ | キャベツ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、わかめ、パプリカ、いんげん | 野菜サラダ | キャベツ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、わかめ、パプリカ、いんげん | | |
| ブルーベリーゼリー | カルピスブルーベリー、砂糖、寒天 | りんごゼリー | リンゴジュース、寒天、砂糖 | ブルーベリーゼリー | カルピスブルーベリー、砂糖、寒天 | 牛乳寒天 | 牛乳、寒天、砂糖 | りんごゼリー | リンゴジュース、砂糖、寒天 | | |
| オレンジ | オレンジ | グレープフルーツ | グレープフルーツ | オレンジ | グレープフルーツ | グレープフルーツ | グレープフルーツ | グレープフルーツ | グレープフルーツ | | |
| ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | ドリンク | オレンジジュース、麦茶、緑茶、レモンティー、コーヒー | | |

※仕入れの都合により内容が一部変更になることがあります。