

食堂バイキングメニュー 原材料表(2022年3月～2022年5月)

	A	原材料	B	原材料	C	原材料
日付	3/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.31.		3/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.		3/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.	
	4/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.		4/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.		4/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.	
	5/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.		5/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.31.		5/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.	
朝食	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米
	全粒粉ロールパン、食パン	パン	全粒粉ロールパン、食パン	パン	全粒粉ロールパン、食パン	パン
	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)
	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
	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし
	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
	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
	さばの塩焼き	さば、塩	ウィンナー	ウィンナー	白身魚の磯辺焼き	白身魚、塩、こしょう、青のり
	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ	オムレツ	オムレツ	厚焼玉子	厚焼玉子
	菜の花の煮びたし	なばな、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	小松菜の煮びたし	小松菜、もやし、にんじん、油揚げ しょうゆ、みりん、和風だし
	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	ペンのサラダ	ペネ、にんじん、きゅうり、たまねぎ マヨネーズ、塩、こしょう	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
	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング
	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	グレープフルーツ
麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
昼食	チキンカレー	米、鶏肉、たまねぎ、にんじん カレールウ、にんにく、油	カツカレー	米、とんかつ、油、たまねぎ、にんじん カレールウ、にんにく、油	ミートボールカレー	米、肉団子、たまねぎ、にんじん カレールウ、にんにく、油
	しそごはん	米、ゆかり	わかめごはん	米、わかめごはんの素	ひじきごはん	米、ひじき、油揚げ、にんじん、グリーンピース とうもろこし、しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖
	わかめうどん	うどん、わかめ、花麩、長ねぎ しょうゆ、塩、みりん、和風だし	しょうゆラーメン	ラーメン、花麩、わかめ、長ねぎ 鶏ガラスープ、しょうゆ、和風だし、塩、こしょう	たぬきうどん	うどん、天かす、花麩、長ねぎ しょうゆ、塩、みりん、和風だし
	野菜スープ	キャベツ、にんじん、玉ねぎ、コンソメ、塩、こしょう	和風スープ	わかめ、和風だし、しょうゆ、塩、みりん、酒	わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油
	水ぎょうざ	水ぎょうざ、にんじん、鶏ガラスープ、塩、こしょう	照り焼きミートボール	肉団子、砂糖、しょうゆ、みりん、酒 にんにく、しょうが、でん粉	ロールキャベツ	ロールキャベツ、にんじん、コンソメ 塩、こしょう
	コロッケ	野菜コロッケ、油	揚げぎょうざ	ぎょうざ、油	気仙沼産カツオカツ	気仙沼産カツオカツ、油
	ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、にんじん、たまねぎ マヨネーズ、塩、こしょう	春雨しそサラダ	はるさめ、もやし、にんじん、きゅうり ゆかり、酢、砂糖	菜の花のからし和え	なばな、キャベツ、にんじん、わかめ、しょうゆ みりん、和風だし、からし、砂糖、マヨネーズ
	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 和風ドレッシング
	いちごゼリー	いちごゼリーの素	パインゼリー	パインゼリーの素	グレープフルーツゼリー	グレープフルーツゼリーの素
	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶
夕食	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
	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)
	ソース焼きそば	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、 ピーマン、鶏がらスープ、中濃ソース、塩、こしょう、油	ペンのカルボナーラソース	ペネ、カルボナーラソース 塩、黒こしょう	ビーフンソテー	ビーフン、キャベツ、ピーマン、にんじん、 玉ねぎ、中華味、塩、こしょう、ごま油、油
	ヤンニョムチキン	鶏肉、ヤンニョム、たまねぎ、ズッキーニ、 赤ピーマン、黄ピーマン、なす、塩、黒こしょう	ホワイトソースハンバーグ	ハンバーグ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし ホワイトルウ	豆腐ハンバーグ和風ソース	豆腐ハンバーグ 和風ドレッシング
	こまつなグラタン	こまつな、ホワイトルウ、マカロニ、チーズ 塩、こしょう	ジャーマンポテト	じゃがいも、にんじん、グリーンピース、とうもろこし 塩、黒こしょう、コンソメ、マーガリン	野菜のチーズ焼き	にんじん、ブロッコリー、れんこん、じゃがいも チーズ、黒こしょう、塩、マヨネーズ
	揚げシューマイ	シューマイ、油	あじ大葉フライ	あじ大葉フライ、油	キャベツメンチカツ	キャベツメンチカツ、油
	きんぴらごぼう	ごぼう、こんにやく、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん 酒、ごま油、和風だし	ひじきの炒り煮	ひじき、油揚げ、にんじん、グリーンピース、 とうもろこし、しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖	大根といわしのつみれ煮	大根、いわしつみれ、にんじん、いんげん しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖
	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	たけのこの旨煮	たけのこ、わかめ、しょうゆ、酒 みりん、砂糖、和風だし	切干大根の煮物	切干大根、にんじん しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし
	三色ナムル	もやし、にんじん、きゅうり ごま油、中華ドレッシング	切干大根のサラダ	切干大根、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ 中華ドレッシング	もやしの塩麩和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麩
	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし、水菜 和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし、水菜 和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、グリーンピース、とうもろこし、水菜 和風ドレッシング
	青りんごゼリー	青りんごゼリーの素	ぶどうゼリー	ぶどうゼリーの素	ピーチゼリー	ピーチゼリーの素
	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ
	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶

※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。