

食堂バイキングメニュー 原材料表(2022年12月～2023年2月)

	A	原材料	B	原材料	C	原材料	D	原材料	E	原材料
朝食	12/4.9.14.19.24.		12/5.10.15.20.25.		12/1.6.11.16.21.26.		12/2.7.12.17.22.27.		12/3.8.13.18.23.28.	
	1/4.9.14.19.24.29.		1/5.10.15.20.25.30.		1/6.11.16.21.26.31.		1/7.12.17.22.27.		1/8.13.18.23.28.	
	2/3.8.13.18.23.28.		2/4.9.14.19.24.		2/5.10.15.20.25.		2/1.6.11.16.21.26.		2/2.7.12.17.22.27.	
	ご飯	米	ご飯	米	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	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
	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)
	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
	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	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	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	納豆	納豆、たれ、からし	納豆	納豆、たれ、からし	
★さばのゆずみそ焼き	さば、みそ(長柄町産)、ゆずみそ、きざみゆず、みりん、酒、砂糖	ウインナー	ウインナー	白身魚の香草パン粉焼き	白身魚、塩、こしょう、ハーブシーズニング、パン粉、ニンニク、油	★千葉県産いわしのみそ煮	千葉県産いわし、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、しょうが	さばの塩焼き	さば、、塩	
オムレツ	オムレツ	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ、パセリ粉	厚焼卵	厚焼卵	オムレツ	オムレツ	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ、パセリ粉	
こまつなの煮びたし	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	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	しめじの煮びたし	しめじ、もやし、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、和風だし	いんげんのごま和え	いんげん、もやし、ごま、しょうゆ、みりん、和風だし	★千葉県産ほうれん草のバターしょうゆ和え	千葉県産ほうれん草、もやし、にんじん、ベーコン、マーガリン、しょうゆ、みりん、和風だし	
ペンネのサラダ	ペンネ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう	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	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	ペンネのサラダ	ペンネ、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、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	
グレープフルーツ	グレープフルーツ	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	オレンジ	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	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
★千葉県産ほうれん草カレー	米、千葉県産ほうれん草、たまねぎ、にんじん、カレールウ、にんにく、油	挽肉カレー	米、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、カレールウ、にんにく、油	ハヤシポーク	米、豚肉、たまねぎ、ハヤシルウ、油	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	野菜カレー	米、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、カレールウ、にんにく、油	
ねぎ塩豚めし	米、豚肉、たまねぎ、長ねぎ、ごま油、塩、酒、レモン汁、鶏ガラスープ、にんにく	わかめごはん	米、わかめごはんの素	★千葉県産の大豆を使った麻婆豆腐めし	米、豆腐、鶏挽肉、長ねぎ、豆板醤、砂糖、しょうゆ、中華味、にんにく、しょうが、ごま油、片栗粉	★千葉県産キャロットピラフ	米、キャロットピラフの素、パセリ粉(千葉県産にんじん、トウモロコシ、鶏肉、赤ピーマン)	わさび菜おかかごはん	米、わさび菜ごはんの素(ごま入り)、かつお節、しょうゆ	
ためきうどん	うどん、天かす、長ねぎ、しょうゆ、塩、みりん、和風だし	★長柄みそラーメン	ラーメン、わかめ、もやし、鶏ガラスープ、長柄みそ、中華味、にんにく、ごま、マーガリン、ラード	まぜうどん	うどん、天かす、わかめ、長ねぎ、鶏ガラスープ、ごま、しょうゆ、和風だし、ごま油、ラード、しょうが、にんにく	わかめうどん	うどん、わかめ、長ねぎ、しょうゆ、塩、みりん、和風だし	森の木タンタンメン	ラーメン、鶏ひき肉、もやし、水菜、たまねぎ、鶏ガラスープ、にんにく、みりん、しょうゆ、酒、ラー油	
わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油	和風スープ	わかめ、和風だし、しょうゆ、塩、みりん、酒	中華スープ	にら、もやし、にんじん、中華味、塩、こしょう、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	はるさめスープ	はるさめ、にんじん、たまねぎ、中華味、塩、こしょう	
麻婆はるさめ	はるさめ、鶏ひき肉、にんじん、もやし、長ねぎ、豆板醤、砂糖、油、しょうゆ、酒、中華味、にんにく、しょうが、ごま油、片栗粉	チャプチェ	春雨、もやし、にら、きやべつ、にんじん、ごま油、油、ごま、中華味、しょうゆ、塩、こしょう、オイスターソース	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	大根と里芋のそぼろ煮	だいごん、里芋、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、かたくり粉	豚肉とごぼうのコチュジャン炒め	豚肉、ごぼう、砂糖、しょうゆ、みりん、和風だし、ニンニク、油、コチュジャン、ながねぎ	
揚げしゅうまい	しゅうまい、油	野菜コロッケ	野菜コロッケ、油	春巻き	春巻き、油	揚げぎょうざ	ぎょうざ、油	カレーコロッケ	カレーコロッケ、油	
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	★10種類のサラダ自家製ドレッシング添え	キャベツ、豆腐、水菜、ブロッコリー、かぶ、れんこん、ひじき、にんじん、とうもろこし、グリーンピース、長柄みそ、ゆずみそ、きざみゆず、マヨネーズ、砂糖、ごま	はるさめサラダ	はるさめ、もやし、きゅうり、にんじん、中華ドレッシング、砂糖、しょうゆ	ブロッコリーオイスターマヨ和え	ブロッコリー、もやし、わかめ、マヨネーズ、オイスターソース、ごま	里芋サラダ	里芋、マヨネーズ、しょうゆ、かつお節	
生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	生野菜サラダ	キャベツ、にんじん、和風ドレッシング	
ピーチゼリー	ピーチゼリーの素	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素	グレープフルーツゼリー	グレープフルーツゼリーの素	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素	パインゼリー	パインゼリーの素	
麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
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)	
ペンネのカルボナーラソース	ペンネ、カルボナーラソース、塩、黒こしょう	★千葉県産ほうれん草クリームパスタ	スパゲッティ、千葉県産ほうれん草、たまねぎ、しめじ、にんにく、マーガリン、コンソメ、牛乳、塩、黒こしょう	トマトクリームペンネ	ペンネ、トマトクリームソース、パセリ粉	和風パスタ	スパゲッティ、にんにく、油、しめじ、しょうゆ、みりん、和風だし、マーガリン	あんかけ焼きそば	焼きそば麺、豚肉、はくさい、にんじん、もやし、しめじ、中華味、油、しょうゆ、塩、こしょう、和風だし、しょうが、ごま油、かたくり粉	
肉団子の酢豚風	鶏肉団子、にんじん、たまねぎ、ピーマン、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、酢、中華味、かたくり粉、油	鶏肉のガーリックソテー	鶏肉、たまねぎ、しょうゆ、みりん、にんにく、黒こしょう	蒸ししゅうまい	しゅうまい	照り焼きソースミートボール	肉団子、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、しょうが、でん粉	デミグラスソースハンバーグ	ハンバーグ、ハヤシルウ	
白菜のクリーム煮	はくさい、にんじん、ブロッコリー、ホワイトルウ、牛乳	野菜のチーズ焼き	にんじん、、ブロッコリー、れんこん、マヨネーズ、チーズ、塩、黒こしょう	★千葉県産ほうれん草グラタン	千葉県産ほうれん草、ホワイトルウ、マカロニ、牛乳、チーズ、塩、こしょう	焼きビーフン	ビーフン、豚肉、キャベツ、ピーマン、にんじん、たまねぎ、オイスターソース、中華味、塩、こしょう、ごま油、油	ポトフ	ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、コンソメ、塩、こしょう、パセリ粉	
豆腐ナゲット	豆腐ナゲット、油	★餃子産さばフライタルソース添え	餃子産さばフライ、油、玉ねぎ、マヨネーズ、酢、スクランブルエッグ、レモン汁、砂糖、パセリ粉	あじ大葉フライ	あじ大葉フライ、油	れんこんの肉詰めフライ	れんこん肉詰めフライ、油	いわしの磯辺揚げ	いわしの磯辺揚げ、油	
かぶのそぼろ煮	かぶ、鶏ひき肉、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし、かたくり粉	ひじきの旨煮	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、みりん、酒、砂糖、和風だし	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、和風だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖	きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、ごま油	★根菜のみそ煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、だいごん、しょうが、酒、しょうゆ、砂糖、みそ(長柄町産)、和風だし	
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	切干大根の煮物	切干大根、にんじん、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、和風だし	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	★肉豆腐	千葉県産豆腐、豚肉、はくさい、たまねぎ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、和風だし	かぼちゃの煮物	かぼちゃ、いんげん、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、和風だし	
★もやしの塩麴和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麴(長柄町産)	★みそこんにやく	こんにやく、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん、和風だし	★ふろふき大根	だいごん、、和風だし、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん	★もやしの塩麴和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麴(長柄町産)	★みそこんにやく	こんにやく、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん、和風だし	
野菜サラダ	キャベツ、にんじん、水菜、和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、水菜、和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、水菜、和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、水菜、和風ドレッシング	野菜サラダ	キャベツ、にんじん、水菜、和風ドレッシング	
マンゴーゼリー	マンゴーゼリーの素	いちごゼリー	いちごゼリーの素	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	いちごゼリー	いちごゼリーの素	
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	オレンジ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	オレンジ	オレンジ	
麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	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。

※★マークは、千葉県産の食材を使っています。