食堂バイキングメニュー表(2025年12月~2026年2月)

A	\	フレル <i>に</i> い			<u> </u> R		יי. וקר	<i>\</i>			C	ሀ <i>ታ</i> ችን	<u>D</u>	<u> </u>	ا ت	ル <i>持</i> い	<u> </u>	T	ا ت	だ い
40/40444004	+	アレルゲン			+		アレル	/ケン T T		10/00/00/00	 	ルゲン		 	<u> アレ</u> T	ルゲン	10/5/0/5	 	<u> アレ</u>	ィルゲン T T T
2/1.6.11.16.21.26.	$- _{N} _{\omega}$		₇ <	大 12/2.7.12.17.22.27.	$ $ $_{\wedge}$ $ $		落っ	. _ +	, <u><</u>	大 12/3.8.13.18.23.28.	—	ᇂᅵᇎᅵᇌᅵᄼᅬᅟᅕ	12/4.9.14.19.24.	<u> </u>	落	ج _ح _ہ ز	12/5.10.15.20.25.	┤ <u>,</u> ,,│ │	落	テ エ カ
/6.11.16.21.26.31.	_ 麦 ^卯	リ 乳 花 で 一	1 a	大 豆 1/7.12.17.22.27.	麦	卵 乳	花 は		- - る	大豆 1/8.13.18.23.28.	麦 卵 乳 花	で 一 パーる 一豆 世	1/4.9.14.19.24.29.	麦 卵	乳 花	そ エ カ る 大 ば ビ ニ ュ 豆	1/5.10.15.20.25.30.	」麦│邺│	乳 花 	そ エ カ ビ ニ
⁷ 5.10.15.20.25.		+	07	2/1.6.11.16.21.26.						2/2.7.12.17.22.27.			2/3.8.13.18.23.28.		<u> </u>		2/4.9.14.19.24.		<u> </u>	
ご飯				ご飯						ご飯			ご飯				ご飯			
ロールパン	•			● ロールパン		• •				● ロールパン	• • •		ロールパン	•			ロールパン	• •		
<u></u> 食パン				食パン						食パン			食パン				食パン			
								+ +	++			 	<u> </u>							
<u>牛乳</u> 4 まぎこけなけ				4乳 4 まずこけなり	+			+	++	4 4 4 デンル 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4							牛乳			
たまごふりかけ	•	 		● たまごふりかけ		• •		++		● たまごふりかけ		<u> </u>	たまごふりかけ		-		たまごふりかけ			
鮭ふりかけ				● 鮭ふりかけ		• •			\perp	● 鮭ふりかけ			鮭ふりかけ		lacktriangle		鮭ふりかけ			
ジャム				ジャム						ジャム			ジャム				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			
								1	\top						\Box			1 1 1		
 未噌汁				● 味噌汁						● 味噌汁			· 味噌汁		+		· 味噌汁	1 1 1		
•		+ + + + +						++	++				 		++			+	+	
コンソメスープ		+ $+$ $+$ $+$		● コンソメスープ				+	+	● コンソメスープ		<u> </u>	コンソメスープ		\rightarrow		コンソメスープ			
内豆				● 納豆						● 納豆		<u> </u>	納豆		$\perp \perp \perp$		納豆			
ウィンナー				● ★さばのクリーム長柄みそ	煮					● 白身魚のマヨネーズ焼き			ウィンナー		•		★千葉県産いわし長柄みそ煮			
	•			● スクランブルエッグ						● 焼きポテト			ふわふわオムレツ				スクランブルエッグ			
かしのごま和え		 		● ひじきの煮物						● 小松菜のおかか和え			白菜のごま和え				ひじきの煮物			
ペンネのサラダ		,	-	● 三色ナムル				+	++	● スパゲッティサラダ			切干大根のサラダ		+		マカロニサラダ		\dashv	
·ンホのヶファ :野菜サラダ		+++	-	生野菜サラダ				++	++	生野菜サラダ		 	生野菜サラダ	+-+	++	 	生野菜サラダ		\dashv	
	+	++++			 			+ +	+			+++-			+	+++-		+++	\dashv	
1風ドレッシング		+		● 和風ドレッシング				++	+	● 和風ドレッシング		<u> </u>	和風ドレッシング	 ■	\dashv		和風ドレッシング	┦┛┤┤	\rightarrow	1
<u>レープフルーツ</u>	$\perp \perp$			グレープフルーツ	\perp				$\perp \perp \perp$	グレープフルーツ			グレープフルーツ				グレープフルーツ			$\sqcup \sqcup$
茶				│ │ 麦茶						麦茶			麦茶				麦茶			
		菠	/				莎		/		菠				莎				芬	
	小川] 乳 冷 そ エ	カる	大	小	卯 乳.	浴して	· エ ナִ ミ ビ ニ	りるし	ᄎ	小	そ エ カ ヽる 大 ば ビ ニ _み 豆		小 卵 :	冷 乳 花	そ エ カ る ナ			洛 乳 花	そエ
	麦 ´'	1	$= \tilde{a} $	묘	麦		生 は	: <u> </u> =	$= \overset{\sim}{\mathcal{A}} $	묘	麦	は ヒ ニ み ロ		麦 /	1 生	ばばニーカ	2	麦 /	生	ばば
2 ph . L 1								<u> </u>		<u> </u>			<u> </u>				10 41			
的カレー				● ポークカレー				\perp		● チキンカレー			大豆ミートカレー		<u> </u>		ポークカレー	 • '		
て千葉県産キャロットピラフ	′ •		-	● 韓国風ビビンバ飯					-	● 豚キムチ飯			わかめごはん		$\rightarrow \rightarrow$		ごま油香る野沢菜混ぜご飯	. •		
₹具だくさんほうとう				● 昔長柄のしょうゆラーメン						● たぬきうどん			★長柄みそラーメン) わかめうどん			
和風スープ				● 野菜スープ						● わかめスープ			はるさめスープ				キムチスープ			
野沢菜と豚肉のはるさめ煮				● 大豆ミート入り麻婆はるさ	b •					● ポテトとカリフラワーのチーズ焼	き ● ●		ごぼうと豚肉のコチュジャン炒め				麻婆豆腐			
易げしゅうまい				● カレーコロッケ				+	-	● 春巻き			野菜コロッケ				揚げぎょうざ			
		. 			× •			+	++	● ごぼうサラダ				+ + +	- 					
里芋サラダ 		' 		● 濃厚胡麻ドレの豆腐サラダ				+	++			- "	ザーサイと水菜のサラダ		\rightarrow	 	かぼちゃのサラダ	+		
生野菜サラダ				生野菜サラダ				$\perp \perp$	$\perp \perp \perp$	生野菜サラダ			生野菜サラダ		\longrightarrow		生野菜サラダ			
11風ドレッシング				● 和風ドレッシング						● 和風ドレッシング			和風ドレッシング				▶ 和風ドレッシング			
ブレープフルーツゼリー				オレンジゼリー						青りんごゼリー			グレープフルーツゼリー				パインゼリー			
				麦茶						麦茶			麦茶				麦茶			
									+						++			1 1 1		
		+ + + + +			+			++	++		 	- 			+++	- 		+++	-	
	小馬		n \langle	_大	小	다디 때	落 そ	. ェ ヵ	」(く)	<u></u> ★		ᇂᆝᇎᆝヵᆝᄼᆠᆡᆽ		小 []	落	そ エ カ く カ	<u>.</u>	小点。	落	そエ
	麦 ^驯] 乳 花 モ エ	= a	豆	麦	丱 乳	化世は	: エ フ : ビ =	= る	- 豆	麦	そ エ カ \	•	麦 ^艸 [:]	乳 化 生	ば ビ ニ る 豆	<u> </u>	麦 ^艸	乳 化 生	ばビ
			07				<u> </u>		07						1+1			<u> </u>		
三 飯				ご飯						ご飯			ご飯				ご飯			
 未噌汁				● 味噌汁						● 味噌汁			味噌汁				味噌汁			
:まごふりかけ	•		\neg	● たまごふりかけ		• •		11	-	● たまごふりかけ			たまごふりかけ	•			たまごふりかけ	• •		
<u>このこのファイン</u> 蛙ふりかけ	•			● 鮭ふりかけ	-	• •		++	-	● 鮭ふりかけ	000		鮭ふりかけ	• •			触ふりかけ	• •		
エク・ノロコー	+ + +		-	一一点にフルコー				+	++	一点については、		 			+	 			-	
	+_+		-	+ / / / / / / **	+-			++	+				0	 		_			\dashv	+ + +
甘菜のクリームパスタ				● あんかけ焼きそば				\bot	-	● キノコのペペロンチーノ		- 	ペンネのカルボナーラソース	1 1 1	-		香りそそるにんにくしょうゆ焼きそば		\longrightarrow	
鳥肉のトマトクリーム煮				蒸ししゅうまい						● 肉団子とはるさめの中華煮			キノコのホワイトソースハンバーグ	+	-	-	照り焼きソースミートボール		ullet	
句じゃが				● 野菜のチーズ焼き		• •				● カリフラワーのクリーム煮			ポトフ				★大判栃尾揚げのねぎみそ焼き	$\cdot \bullet \stackrel{ op}{ o}$		
 じ大葉フライ	•			● 子持ちシシャモフライ						● あじフライ			柚子香るたらのひとロフライ				いわしの磯辺フライ			
<u>ごうとこんにゃくのおかか煮</u>	f a	 	_	● ★白菜ともやしの塩麹煮				+ +		● 大根と里芋のそぼろ煮			筑前煮		+		★根菜のみそ煮		\dashv	
干大根の煮物	\	++++	\dashv	● 高野豆腐の煮物				++	-	●			かぼちゃの煮物		++		きんぴらごぼう		\dashv	
	 	++++						++			<u> </u>	 		 	+			 	+	
もやしの塩麹和え	+	++++	\perp	★みそこんにゃく	\dashv			++	+	●★ブロッコリーの塩麴和え	+	++++	★みそこんにゃく	\bot	\dashv		★もやしの塩麹和え	+++	\dashv	
予菜サラダ				野菜サラダ						野菜サラダ			野菜サラダ		\perp		野菜サラダ	$\bot \bot \bot$		
1風ドレッシング				● 和風ドレッシング						● 和風ドレッシング			和風ドレッシング				和風ドレッシング			
ブレープフルーツ				オレンジ						グレープフルーツ			オレンジ				グレープフルーツ			
ハちごゼリー	++	 	\top	ピーチゼリー	$\dashv \dashv$			+	+	マンゴーゼリー	 	 	いちごゼリー		$\dashv \dashv$	 	ぶどうゼリー	 	\dashv	
	++-	 		 	+			+	+		 	 		 	+	 		+++	++	
] [_					1	1 I	1 1	1			•		1 1	1 1 1 1	1	1 1 1	I	1 1 1
	++	++++			+	++		1 1	++		 	 		+ + +	++	 	麦茶	+ + +		

[※]揚げ油は定期的に交換していますが、何回か使用しています。

[※]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。