

食堂バイキングメニュー表(2025年12月～2026年2月)

	A			B			C			D			E		
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	●		ご飯	●		ご飯	●		ご飯	●		ご飯	●	
	パン	●		パン	●		パン	●		パン	●		パン	●	
	牛乳		●	牛乳		●	牛乳		●	牛乳		●	牛乳		●
	ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ		
	ジャム/マーガリン	●		ジャム/マーガリン	●		ジャム/マーガリン	●		ジャム/マーガリン	●		ジャム/マーガリン	●	
	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●
	コンソメスープ		●	コンソメスープ		●	コンソメスープ		●	コンソメスープ		●	コンソメスープ		●
	納豆		●	納豆		●	納豆		●	納豆		●	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		●
	厚焼玉子		●	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		●
	もやしのごま和え	●	●	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	●	●
	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●
	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		
昼食															
	挽肉カレー	●	●	ポークカレー	●	●	チキンカレー	●	●	大豆ミートカレー	●	●	ポークカレー	●	●
	★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	●	●	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め	●	●	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		●
	揚げしゅうまい	●	●	カレーコロッケ	●	●	春巻き	●	●	野菜コロッケ	●	●	揚げぎょうざ	●	●
	里芋サラダ	●	●	濃厚胡麻ドレの豆腐サラダ		●	ごぼうサラダ		●	ザーサイと水菜のサラダ		●	かぼちゃのサラダ		●
	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●	生野菜サラダ		●
	グ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			麦茶		
夕食	ご飯	●		ご飯	●		ご飯	●		ご飯	●		ご飯	●	
	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●	味噌汁		●
	ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ			ふりかけ		
	白菜のクリームパスタ	●	●	あんかけ焼きそば	●	●	キノコのペペロンチーノ	●	●	ペンのカルボナーラソース	●	●	香りそそるにんにくしょうゆ焼きそば	●	●
	鶏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	●	●
	肉じゃが	●	●	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	●	●
	あじ大葉フライ	●	●	子持ちシシャモフライ	●	●	あじフライ	●	●	柚子香るたらひとロフライ	●	●	いわしの磯辺フライ	●	●
	ごぼうとこんにゃくのおかか煮	●	●	★白菜ともやしの塩麴煮		●	大根と里芋のそぼろ煮	●	●	筑前煮		●	★根菜のみそ煮	●	●
	切干大根の煮物		●	高野豆腐の煮物		●	栃尾揚げとじゃが芋の煮物	●	●	かぼちゃの煮物		●	きんぴらごぼう	●	●
	★もやしの塩麴和え		●	★みそこんにゃく	●		★ブロッコリーの塩麴和え	●	●	★みそこんにゃく	●		★もやしの塩麴和え		●
	野菜サラダ		●	野菜サラダ		●	野菜サラダ		●	野菜サラダ		●	野菜サラダ		●
	グレープフルーツ		●	オレンジ		●	グレープフルーツ		●	オレンジ		●	グレープフルーツ		●
	いちごゼリー	●		ピーチゼリー	●		マンゴーゼリー	●		いちごゼリー	●		ぶどうゼリー	●	
	麦茶			麦茶			麦茶			麦茶			麦茶		

● おもにエネルギーとなる食品 ● おもに体を作る食品 ● おもに体の調子をととのえる食品

※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。