

食堂バイキングメニュー 材料表(2024年9月～2024年11月)

	A	材料	B	材料	C	材料	D	材料	E	材料
日付	9/1.6.11.16.21.26.		9/2.7.12.17.22.27.		9/3.8.13.18.23.28.		9/4.9.14.19.24.29.		9/5.10.15.20.25.30.	
	10/1.6.11.16.21.26.31.		10/2.7.12.17.22.27.		10/3.8.13.18.23.28.		10/4.9.14.19.24.29.		10/5.10.15.20.25.30.	
	11/5.10.15.20.25.30.		11/1.6.11.16.21.26.		11/2.7.12.17.22.27.		11/3.8.13.18.23.28.		11/4.9.14.19.24.29.	
朝食	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米
	ロールパン、食パン	パン	ロールパン、食パン	パン	ロールパン、食パン	パン	ロールパン、食パン	パン	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
	さばの黒ごま焼き	さば、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、黒ごま	ウインナー	ウインナー	★千葉県産いわしの香草パン粉焼き	千葉県産いわし、塩、こしょう、ハーブシーズニング、パン粉、にんにく、油	白身魚のマスタード焼き	白身魚、粒マスタード、マヨネーズ、塩、黒こしょう	ウインナー	ウインナー
	ふわふわオムレツ	オムレツ	焼きポテト	じゃがいも、塩、パセリ粉	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ、パセリ粉	焼きポテト	じゃがいも、塩、パセリ粉	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ、パセリ粉
	ひじきの煮物	ひじき、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、かつお節、油	もやしのごま和え	もやし、にんじん、すりごま、しょうゆ、みりん、和風だし	小松菜の煮びたし	こまつな、もやし、油揚げ、しょうゆ、みりん、和風だし	ひじきの煮物	ひじき、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、かつお節、油	春菊のごま和え	春菊、もやし、にんじん、すりごま、しょうゆ、みりん、和風だし
	三色ナムル	きゅうり、もやし、にんじん、ごま油、砂糖、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	切干大根のサラダ	切干大根、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、中華ドレッシング	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	ペンのサラダ	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
	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		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	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
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	秋野菜カレー	米、ズッキーニ、なす、パプリカ、マッシュルーム、油、しめじ、ひらたけ、しいたけ、カレールウ、にんにく、油	大豆ミートカレー	米、大豆ミート、たまねぎ、にんじん、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、カレールウ、にんにく、油	
わかめごはん	米、わかめごはんの素	韓国風ビビンバ飯	米、鶏ひき肉、にんじん、こまつな、もやし、にんにく、しょうゆ、酒、砂糖、鶏がらスープ、コチュジャン、ごま、ごま油、塩、こしょう	★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)	ホクホク栗ごはん	米、栗、塩、和風だし、黒ごま	紅生姜とおかかのごはん	米、紅生姜、かつお節、しょうゆ、和風だし、長ねぎ	
沖縄そば風ラーメン	ラーメン、豚肉、わかめ、紅生姜、鶏ガラスープ、上湯スープの素、和風だし、酒、しょうゆ	たぬきうどん	うどん、天かす、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	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、鶏がらスープ、にんにく、みりん、酒、しょうゆ、ラー油	わかめうどん	うどん、わかめ、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	冷やしうどん	うどん、わかめ、天かす、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	
野菜スープ	キャベツ、にんじん、コンソメ、塩、こしょう	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	はるさめスープ	はるさめ、にんじん、たまねぎ、塩、こしょう、中華味	豆苗スープ	豆苗、にんじん、鶏がらスープ、塩、こしょう、ごま油	
水ぎょうざ	水ぎょうざ、鶏がらスープ、塩、こしょう	麻婆なす	揚げなす、鶏ひき肉、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、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、にんにく、油、コチュジャン、長ねぎ	★柿と春菊の長柄みそ和え	柿、春菊、キャベツ、ごま油、みそ(長柄町産)、砂糖、すりごま	麻婆はるさめ	はるさめ、鶏ひき肉、もやし、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、かたくり粉、油、酒	
春巻き	春巻き、油	野菜コロッケ	野菜コロッケ、油	揚げしゅうまい	しゅうまい、油	カレーコロッケ	カレーコロッケ、油	揚げぎょうざ	ぎょうざ、油	
里芋サラダ	里芋、しょうゆ、マヨネーズ、かつお節	柿とブロッコリーのヨーグルトサラダ	柿、ブロッコリー、マヨネーズ、ヨーグルト、粒マスタード、砂糖	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	★千葉県産大豆を使った豆腐と豆腐のサラダ	豆腐、豆腐、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま油、酢、豆板醤	かぼちゃのサラダ	かぼちゃ、たまねぎ、塩、こしょう、マヨネーズ	
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		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	ピーチゼリー
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)	
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、塩、こしょう、ごま油、油	きのこのペペロンチーノ	スパゲッティ、マッシュルーム、しめじ、ひらたけ、しいたけ、コンソメ、にんにく、塩、黒こしょう、唐辛子、フライドニンニク、油	ペンのカルボナーラソース	ペンネ、カルボナーラソース、塩、こしょう	★千葉県産大豆を使った豆腐と豆腐のサラダ	焼きそば麺、豆腐、鶏ひき肉、長ねぎ、豆板醤、砂糖、油、酒、しょうゆ、中華味、にんにく、しょうが、ごま油、かたくり粉	きのこのデミソースペンネ	ペンネ、ハヤシルウ、塩、マッシュルーム、しめじ、ひらたけ、しいたけ	
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	鶏肉団子、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、しょうが、かたくり粉	★鶏肉の長柄みそヨーグルト漬け焼き	鶏肉、ズッキーニ、なす、パプリカ、塩、こしょう、みそ(長柄町産)、マヨネーズ、ヨーグルト、にんにく	きのこのニンニクバターしょうゆハンバーグ	ハンバーグ、マッシュルーム、しめじ、ひらたけ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、マーガリン、かたくり粉	肉団子とはるさめの中華煮	鶏肉団子、はるさめ、こまつな、鶏がらスープ、しょうゆ、みりん、ごま油、かたくり粉	
きのこのグラタン	マッシュルーム、しめじ、ひらたけ、しいたけ、ホワイトルウ、マカロニ、牛乳、チーズ、塩、こしょう	野菜のチーズ焼き	じゃがいも、ブロッコリー、にんじん、マヨネーズ、チーズ、塩、黒こしょう	ポトフ	じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、塩、こしょう、コンソメ	秋野菜の中華煮	鶏肉、栗、れんこん、にんじん、しょうゆ、オイスターソース、砂糖、ごま油	★なすとキャベツ大豆ミートみそ炒め	揚げなす、大豆ミート、キャベツ、もやし、みそ(長柄町産)、酒、みりん、砂糖、しょうが、油	
かぼちゃコロッケ	かぼちゃコロッケ、油	★銚子産さばフライ	銚子産さばフライ、油	もどりカツオフライ	もどりカツオフライ、油	いわしの磯辺フライ	いわしの磯辺フライ、油	あじ大葉フライ	あじ大葉フライ、油	
肉じゃが	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし	★根菜のみそ煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、しょうゆ、砂糖、しょうが、酒、和風だし、みそ(長柄町産)	ごぼうとこんにゃくのおかか煮	鶏肉、ごぼう、かつお節、こんにゃく、しょうゆ、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	筑前煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし	
きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん、つきこんにゃく、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、ごま油	かぼちゃの煮物	かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、酒、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	なすの煮びたし	揚げなす、しょうゆ、塩、みりん、和風だし	かぼちゃのそぼろ煮	鶏ひき肉、かぼちゃ、かたくり粉、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、油	
★もやしの塩麹和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麹(長柄町産)	★みそこんにゃく	こんにゃく、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん、和風だし	★もやしの塩麹和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麹(長柄町産)	★みそこんにゃく	こんにゃく、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん、和風だし	★ブロッコリーの塩麹和え	ブロッコリー、もやし、わかめ、塩麹(長柄町産)	
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	
青りんごゼリー	青りんごゼリーの素		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
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	

※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。

※材料の詳細を確認したい場合は、「食物アレルギー対応申込書」を提出してください。