

食堂バイキングメニュー 材料表(2024年6月～2024年8月)

	A	材料	B	材料	C	材料	D	材料	E	材料
日付	6/3.8.13.18.23.28.		6/4.9.14.19.24.29.		6/5.10.15.20.25.30.		6/1.6.11.16.21.26.		6/2.7.12.17.22.27.	
	7/3.8.13.18.23.28.		7/4.9.14.19.24.29.		7/5.10.15.20.25.30.		7/1.6.11.16.21.26.31.		7/2.7.12.17.22.27.	
	8/2.7.12.17.22.27.		8/3.8.13.18.23.28.		8/4.9.14.19.24.29.		8/5.10.15.20.25.30.		8/1.6.11.16.21.26.31.	
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、昆布だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	わかめ、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし
	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
	ウインナー	ウインナー	白身魚の香草レモン焼き	白身魚、塩、こしょう、ハーブシーズニング、レモン、レモン汁	さばのみぞれ煮	さば、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、だいこん	ウインナー	ウインナー	★千葉県産いわしさっぱり長柄みそ漬け焼き	千葉県産いわし、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、梅びしお
	焼きポテト	じゃがいも、塩、こしょう、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	ふわふわオムレツ	オムレツ	焼きポテト	じゃがいも、塩、こしょう、パセリ粉	卵とキャベツの大豆ミートマヨネーズ和え	スクランブルエッグ、大豆ミート、キャベツ、マヨネーズ、塩、こしょう
	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	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	★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、ベーコン、マーガリン、しょうゆ、みりん、和風だし	オクラのごま和え	オクラ、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
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	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	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	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	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	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	
昼食	ハヤシポーク	米、豚肉、たまねぎ、ハヤシルウ、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	夏野菜ココナッツミルクカレー	米、ズッキーニ、なす、パプリカ、たまねぎ、ココナッツミルク、油、マーガリン、カレールウ、にんにく、しょうが、鶏がらスープ、カレー粉	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	★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
	豚キムチめし	米、豚肉、白菜キムチ、にんにく、もやし、長ねぎ、しょうゆ、塩、和風だし、みりん、ごま油	枝豆ごはん	米、えだまめ、塩	★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)	わかめごはん	米、わかめごはんの素	韓国風ピビンパ飯	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
	さわやかレモンラーメン	ラーメン、水菜、もやし、にんにく、鶏ガラスープ、レモン、レモン汁、塩	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	わかめうどん	うどん、わかめ、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	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
	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	わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油	キムチスープ	白菜キムチ、鶏がらスープ、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	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
	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	豆苗と蒸し鶏マヨポン酢和え	蒸し鶏、豆苗、もやし、スクランブルエッグ、マヨネーズ、酢、しょうゆ、レモン汁	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	★千葉県産大豆を使った麻婆豆腐	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	蒸し鶏のニラダレかけ	蒸し鶏、キャベツ、もやし、にら、しょうゆ、豆板醤、砂糖、ごま油、すりごま、酢、ラー油
	野菜コロッケ	野菜コロッケ、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	揚げしゅうまい	しゅうまい、油	春巻き	春巻き、油
	★千葉県産大豆を使った豆腐と豆苗のサラダ	豆腐、豆苗、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま油、酢、豆板醤	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	夏野菜コンソメジュレサラダ	えだまめ、オクラ、トマト、コンソメ、しょうゆ、塩、こしょう、粉寒天	キャベツとひじきのサラダ	キャベツ、ひじき、にんじん、グリーンピース、とうもろこし、油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、和風だし、マヨネーズ	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
	グレープフルーツゼリー	グレープフルーツゼリーの素	パインゼリー	パインゼリーの素	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素	ピーチゼリー	ピーチゼリーの素	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
	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
	夕食	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米	ご飯
味噌汁		こまつな、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	こまつな、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	こまつな、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	こまつな、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし	味噌汁	こまつな、油揚げ、みそ、和風だし、昆布だし
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)
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	夏野菜コンソメパスタ	スパゲッティ、ズッキーニ、なす、パプリカ、コンソメ、塩、こしょう	塩レモン焼きそば	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、ピーマン、にんにく、鶏がらスープ、塩、黒こしょう、レモン汁、油	冷製トマトスパゲッティ	スパゲッティ、トマト、にんにく、油、塩、黒こしょう、ハーブシーズニング	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、中華味、塩、こしょう、ごま油、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	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、酒	水ぎょうざ	水ぎょうざ、鶏がらスープ、塩、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、にんじん、トウモロコシ、グリーンピース、塩、こしょう	野菜のチーズ焼き	じゃがいも、ブロッコリー、トマト、マヨネーズ、チーズ、塩、黒こしょう
蒸ししゅうまい		しゅうまい	和風おろしハンバーグ	ハンバーグ、和風ドレッシング、だいこん、水菜	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	南国風鶏のココナッツミルク煮	鶏肉、ズッキーニ、なす、パプリカ、ココナッツミルク、鶏がらスープ、カレー粉、にんにく、塩	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
いわしの磯辺フライ		いわしの磯辺フライ、油	あじのさっぱり南蛮漬け	あじの竜田揚げ、油、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうゆ、酢、砂糖、昆布だし、塩	★銚子産さばフライ	銚子産さばフライ、油	コーンコロッケ	コーンコロッケ、油	瀬戸内レモンのカジキカツ	瀬戸内レモンのカジキカツ、油
きんぴらごぼう		ごぼう、にんじん、つきこんにやく、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、ごま油	筑前煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし	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	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	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
冬瓜のそぼろ煮		冬瓜、鶏ひき肉、しょうゆ、みりん、和風だし、酒、砂糖、かたくり粉	なすの煮びたし	揚げなす、しょうゆ、塩、みりん、和風だし	味がしみた冬瓜のコンソメ煮	冬瓜、ベーコン、コンソメ、塩、こしょう	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	とろとろなすのさっぱり煮	揚げなす、ごぼう、鶏肉、長ねぎ、しょうゆ、酢、レモン汁、砂糖、和風だし、みりん、梅びしお、ごま油
★もやし塩麹和え		もやし、きゅうり、にんじん、塩麹(長柄町産)	★みそこんにやく	こんにやく、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)	★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	★もやし塩麹和え	もやし、きゅうり、にんじん、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
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	ぶどうゼリー	ぶどうゼリーの素	マンゴーゼリー	マンゴーゼリーの素	青りんごゼリー	青りんごゼリーの素
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。