

食堂バイキングメニュー 材料表(2024年12月～2025年2月)

	A	材料	B	材料	C	材料	D	材料	E	材料
日付	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.		12/4.9.14.19.24.	
	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.		1/4.9.14.19.24.29.	
	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.		2/3.8.13.18.23.28.	
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、野菜だし、塩、こしょう	コンソメスープ	たまねぎ、野菜だし、塩、こしょう	コンソメスープ	たまねぎ、野菜だし、塩、こしょう	コンソメスープ	たまねぎ、野菜だし、塩、こしょう	コンソメスープ	たまねぎ、野菜だし、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	★千葉県産いわし長柄みそ煮	千葉県産いわし、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、しょうが	白身魚のゆずこしょうマヨ焼き	白身魚、しょうゆ、マヨネーズ、ゆずこしょう	ウインナー	ウインナー	さばのみぞれ煮	さば、だいこん、しょうゆ、酒、みりん、砂糖
	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	ふわふわオムレツ	オムレツ
	白菜のごま和え	はくさい、もやし、にんじん、すりごま、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	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	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	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
	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、しょうゆ、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	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								
	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶
	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	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	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	ポークカレー	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、カレールウ、にんにく、油
	野沢菜ごまおかかごはん	米、野沢菜漬、かつお節、ごま、ごま油、しょうゆ	わかめごはん	米、わかめごはんの素	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	★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)	韓国風ピビンバ飯	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
	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	あんかけた揚げそば	揚げめん、鶏ひき肉、もやし、はくさい、マッシュルーム、しめじ、かたくり粉、ひらたけ、しいたけ、鶏がらスープ、しょうゆ、しょうが、オイスターソース	わかめうどん	うどん、わかめ、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	★長柄みそチゲラーメン	ラーメン、みそ(長柄町産)、もやし、白菜キムチ、わかめ、鶏がらスープ、にんにく、砂糖、マーガリン、しょうゆ、ごま油	たぬきうどん	うどん、天かす、しょうゆ、和風だし、塩、みりん
	わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油	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	野菜スープ	キャベツ、にんじん、野菜だし、塩、こしょう	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
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	水ぎょうざ	水ぎょうざ、鶏がらスープ、塩、こしょう	大豆ミート入り麻婆はるさめ	はるさめ、大豆ミート、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	野沢菜と豚肉のはるさめ煮	はるさめ、豚肉、もやし、にんじん、野沢菜漬、しょうゆ、ごま油、酒、唐辛子	
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腐のサラダ	豆腐、豆苗、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖、ごま油、酢、豆板醤	里芋サラダ	さといも、しょうゆ、マヨネーズ、かつお節	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	パプリカサラダ自家製ゆずこしょうドレッシング	揚げめん、キャベツ、だいこん、水菜、しょうゆ、ごま油、鶏がらスープ、にんにく、酢、ごま、ゆずこしょう	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
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	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	白菜のクリームパスタ	にんにく、塩、黒こしょう、野菜だし、マーガリン、牛乳	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、野菜だし、にんにく、塩、黒こしょう、唐辛子、フライドニンニク、油	
鶏肉の甘辛みぞれ煮	鶏肉、だいこん、豆苗、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、ごま油、酢、にんにく	蒸ししゅうまい	しゅうまい	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	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	
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、マカロニ、牛乳、チーズ、塩、こしょう	いわし団子のコロコロ洋風煮込み	いわしつみれ、だいこん、にんじん、野菜だし、オイスターソース、酒	ロールキャベツ	ロールキャベツ、塩、こしょう、野菜だし	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、野菜だし	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	
子持ちシシャモフライ	子持ちシシャモフライ、油	あじ大葉フライ	あじ大葉フライ、油	いわしの磯辺フライ	いわしの磯辺フライ、油	ひと口白身フライ	ひと口白身フライ、油	★銚子産さばフライ	銚子産さばフライ、油	
大根と里芋のそぼろ煮	鶏ひき肉、だいこん、さといも、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、かたくり粉	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	★根菜のみそ煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、さといも、しょうゆ、砂糖、しょうが、酒、和風だし、みそ(長柄町産)	ごぼうとこんにやくのおかか煮	鶏肉、ごぼう、かつお節、こんにやく、しょうゆ、みりん、酒、和風だし	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	
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	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	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	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	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	
★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	★もやしの塩麩和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麩(長柄町産)	★ふろふき大根	だいこん、和風だし、みそ(長柄町産)、砂糖、みりん	★もやしの塩麩和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麩(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	
いちごゼリー	いちごゼリーの素									ぶどうゼリー
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。