

食堂バイキングメニュー 材料表(2024年3月～2024年5月)

	A	材料	B	材料	C	材料	D	材料	E	材料
日付	3/5.10.15.20.25.30.		3/1.6.11.16.21.26.31.		3/2.7.12.17.22.27.		3/3.8.13.18.23.28.		3/4.9.14.19.24.29.	
	4/4.9.14.19.24.29.		4/5.10.15.20.25.30.		4/1.6.11.16.21.26.		4/2.7.12.17.22.27.		4/3.8.13.18.23.28.	
	5/4.9.14.19.24.29.		5/5.10.15.20.25.30.		5/1.6.11.16.21.26.31.		5/2.7.12.17.22.27.		5/3.8.13.18.23.28.	
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、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
	ウィンナー	ウィンナー	さばの黒ごま焼き	さば、黒ごま、しょうゆ、酒、みりん、砂糖	★千葉県産いわし梅長柄みそ漬焼き	千葉県産いわし、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、梅びしお、梅干し	ウィンナー	ウィンナー	白身魚の香草パン粉焼き	白身魚、塩、こしょう、ハーブシーズニング、パン粉、にんにく、油
	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、こしょう、パセリ粉	ふわふわオムレツ	オムレツ	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	焼きポテト	じゃがいも、塩、こしょう、パセリ粉
	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	赤しそ切干大根なます	切干大根、きゅうり、にんじん、ゆかり砂糖、昆布だし、酢、塩、唐辛子	菜の花のごま和え	菜の花、もやし、にんじん、すりごま、しょうゆ、みりん、和風だし	★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、にんじん、ベーコン、マーガリン、しょうゆ、みりん、和風だし	春キャベツの甘酢漬け	キャベツ、もやし、にんじん、酢砂糖、塩、昆布だし、唐辛子
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	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	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		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
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	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	ハヤシポーク	米、豚肉、たまねぎ、ハヤシルウ、油	黒豚入り挽肉カレー	米、黒豚ひき肉、鶏ひき肉、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
	だし香るたけのこごはん	米、たけのこ、にんじん、いんげん、油揚げ、しょうゆ、昆布だし、酒、みりん、砂糖	山の幸山菜ごはん	米、山菜水煮(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)、油揚げ、しょうゆ、砂糖、昆布だし、みりん、酒	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、バラのり、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	わかめごはん	米、わかめごはんの素	★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)
	昔長柄のしょうゆラーメン	ラーメン、わかめ、もやし、鶏ガラスープ、しょうゆ、中華味、塩、ラード	たぬきうどん	うどん、天かす、わかめ、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	春満さい塩ラーメン	ラーメン、キャベツ、たけのこ、菜の花、鶏がらスープ、塩、ラード、ごま油、昆布だし	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
	和風スープ	わかめ、和風だし、しょうゆ、塩、みりん、酒	わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油	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	野菜スープ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コンソメ、塩、こしょう	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
	★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	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	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	麻婆はるさめ	はるさめ、鶏ひき肉、にんじん、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	チャブチェ	はるさめ、もやし、にら、きゃべつ、にんじん、ごま油、油、すりごま、中華味、しょうゆ、塩、こしょう、オイスターソース
	春巻き	春巻き、油	揚げぎょうざ	ぎょうざ、油	キャベツメンチカツ	キャベツメンチカツ、油	揚げしゅうまい	しゅうまい、油	野菜コロッケ	野菜コロッケ、油
	春のおもてなしサラダ	キャベツ、菜の花、スクランブルエッグ、エディブルフラワー(食用花)、しょうゆ、砂糖、みりん、和風だし、練りからし、マヨネーズ	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	ポテトサラダ	じゃがいも、きゅうり、にんじん、たまねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう	★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	芽キャベツとブロッコリー梅おかか和え	芽キャベツ、ブロッコリー、わかめ、梅びしお、梅干し、かつお節、和風だし、しょうゆ、、みりん
	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	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	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
	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)	
菜の花のペペロンチーノ	スパゲッティ、コンソメ、にんにく、菜の花、油、塩、黒こしょう、唐辛子、フライドニンニク	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、中華味、塩、こしょう、ごま油、油	あんかけ焼きそば	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン、オイスターソース、中華味、しょうゆ、砂糖、しょうが、かたくり粉、ごま油、油	春キャベツのクリームパスタ	スパゲッティ、キャベツ、たまねぎ、にんにく、塩、黒こしょう、コンソメ、マーガリン、牛乳	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	
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	蒸ししゅうまい	しゅうまい	和風オニオンソースハンバーグ	ハンバーグ、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、にんにく、しょうが、かたくり粉	ゴロゴロ鶏肉の梅しそマヨ焼き	鶏肉、豆苗、マヨネーズ、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、ゆかり、梅びしお、梅干し、ごま油	肉団子とはるさめの中華煮	鶏肉団子、はるさめ、にんじん、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	
★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	ロールキャベツ	ロールキャベツ、コンソメ、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	芽キャベツと新じゃがのからし和え	芽キャベツ、じゃがいも、ベーコン、練りからし、マヨネーズ、しょうゆ、塩、和風だし、みりん、砂糖	水ぎょうざ	水ぎょうざ、鶏がらスープ、塩、こしょう	
初ガツオフライ	カツオフライ、油	★銚子産さばフライ	銚子産さばフライ、油	鶏の梅しそ巻き	鶏の梅しそ巻き、油	いわしの磯辺フライ	いわしの磯辺フライ、油	あじのさつぱり南蛮漬け	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	
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	★華キャベツと千葉県産大豆を使った豆腐の煮物	豆腐、豚肉、キャベツ、たまねぎ、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	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	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	
山菜ともやしのしょうゆマヨ和え	山菜水煮(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)、もやし、マヨネーズ、しょうゆ、みりん、和風だし、塩	たけのこの土佐煮	たけのこ、わかめ、かつお節、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし	山菜の煮びたし	山菜水煮(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)、もやし、にんじん、しょうゆ、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	たけのこ、じゃがいも、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、酒、和風だし、みりん、かたくり粉		
★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	★もやしの塩麴和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麴(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	★もやしの塩麴和え	もやし、きゅうり、にんじん、塩麴(長柄町産)	★ブロッコリーの塩麴和え	ブロッコリー、もやし、わかめ、塩麴(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	
ぶどうゼリー	ぶどうゼリーの素	いちごゼリー	いちごゼリーの素	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	いちごゼリー	いちごゼリーの素	
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	オレンジ	オレンジ	
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。