

食堂バイキングメニュー 原材料表(2022年7月～2022年8月)

	A	原材料	B	原材料	C	原材料
日付	6/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.		6/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.		6/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.	
	7/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.		7/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.		7/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.31.	
	8/1.4.7.10.13.16.19.22.25.28.31.		8/2.5.8.11.14.17.20.23.26.29.		8/3.6.9.12.15.18.21.24.27.30.	
朝食	ご飯	米	ご飯	米	ご飯	米
	全粒粉ロールパン、食パン	パン	全粒粉ロールパン、食パン	パン	全粒粉ロールパン、食パン	パン
	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)
	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
	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
	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	★千葉県産いわしのみそ煮	千葉県産いわし、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、しょうが	白身魚のイタリアンハーブ焼き	白身魚、塩、こしょう、ハーブシーズニング、マヨネーズ
	オムレツ	オムレツ	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ、パセリ粉	厚焼卵	厚焼卵
	もやしのごま和え	もやし、にんじん、ごま しょうゆ、みりん、和風だし	オクラのおかか和え	オクラ、かつおぶし、 しょうゆ、みりん、和風だし	★千葉県産ほうれん草の煮びたし	千葉県産ほうれん草、もやし、にんじん、油揚げ しょうゆ、みりん、和風だし
	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
	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(フルーツカクテル)	グレープフルーツ(もも、梨、パインアップル、ぶどう、さくらんぼ、砂糖)	※グレープフルーツ(フルーツカクテル)	グレープフルーツ(もも、梨、パインアップル、ぶどう、さくらんぼ、砂糖)	※グレープフルーツ(フルーツカクテル)	グレープフルーツ(もも、梨、パインアップル、ぶどう、さくらんぼ、砂糖)	
麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
昼食	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	カツカレー	米、とんかつ、油、たまねぎ、にんじん カレールウ、にんにく、油	スタミナ丼	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、にんにくの芽、油 しょうゆ、酒、みりん、鶏ガラスープ、砂糖、にんにく
	★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	わさび菜おかかごはん	米、わさび菜ごはんの素(塩蔵わさび菜、塩蔵京菜、ごま) かつお節、しょうゆ
	わかめうどん	うどん、わかめ、長ねぎ しょうゆ、塩、みりん、和風だし	冷やしラーメン	ラーメン、もやし、わかめ、長ねぎ、しょうが、にんにく、ごま 鶏ガラスープ、しょうゆ、和風だし、ごま油、ラード	冷やしうどん	うどん、天かす、わかめ、長ねぎ しょうゆ、塩、みりん、和風だし
	野菜スープ	キャベツ、にんじん、玉ねぎ、コンソメ、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	わかめスープ	わかめ、中華味、塩、こしょう、ごま油
	麻婆なす	揚げなす、鶏肉、にんじん、長ねぎ、豆板醤、中華味、油 酒、しょうゆ、砂糖、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、にんじん、鶏ガラスープ、塩、こしょう	豚しゃぶ	豚肉、もやしキャベツ、ピーマン、大根おろし、すりごま 酒、しょうゆ、砂糖、みそ、酢、ごま油、豆板醤
	コーンコロッケ	コーンコロッケ、油	国産あじと野菜のつみれ揚げ	国産あじと野菜のつみれ揚げ、油	揚げぎょうざ	ぎょうざ、油
	トマトとオクラのごま和え	トマト、オクラ、すりごま、 しょうゆ、みりん、和風だし	ブロッコリーわさびマヨネーズ和え	ブロッコリー、キャベツ、トマト わさびごはんの素、マヨネーズ、塩、こしょう	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
	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	パインゼリー	パインゼリーの素	グレープフルーツゼリー	グレープフルーツゼリーの素
	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶
	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	
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)	
ペンネのトマトクリームソース	ペンネ、トマトクリームソース、パセリ粉	塩焼きそば	焼きそば麺、豚肉、キャベツ、ピーマン、にんじん 鶏がらスープ、塩、こしょう、油	トマトバジルの冷製パスタ	スパゲッティ、トマト、にんにく、オリーブオイル 塩、黒こしょう、ハーブシーズニング、油	
豆腐ハンバーグ大根おろしソース	豆腐ハンバーグ、だいこん 和風ドレッシング	★チキンのみそ焼き	鶏肉、たまねぎ、みそ(長柄町産)、みりん、 砂糖、油、長ねぎ	照り焼きソースハンバーグ	ハンバーグ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒 ニンニク、しょうが、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、ホワイルウ、マカロニ、 牛乳、チーズ、塩、こしょう	野菜のチーズ焼き	にんじん、ブロッコリー、れんこん、トマト チーズ、黒こしょう、塩、マヨネーズ	★なすのみそ炒め	揚げなす、鶏肉、キャベツ、もやし、みそ(長柄町産) みりん、砂糖、油、長ねぎ	
フライドチキン	フライドチキン、油	★千葉県産豚肉コロッケ	千葉県産豚肉コロッケ(じゃがいも、豚肉)、油	いわしの磯辺揚げ	いわしの磯辺揚げ、油	
切干大根の煮物	切干大根、にんじん しょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし	ひじきの炒り煮	ひじき、油揚げ、にんじん しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖	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	
冬瓜のそぼろ煮	冬瓜、鶏肉、しょうゆ、砂糖、酒 和風だし、かたくり粉、長ねぎ	なすの煮びたし	揚げなす、長ねぎ しょうゆ、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	
★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)	切干大根のサラダ	切干大根、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ 中華ドレッシング	★三色ナムル	千葉県産ほうれん草、もやし、にんじん ごま油、中華ドレッシング	
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	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	
オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	
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。