

食堂バイキングメニュー 原材料表(2023年3月～2023年5月)

	A	原材料	B	原材料	C	原材料	D	原材料	E	原材料
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.	
	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	
さばのみそ焼き	さば、みそ(長柄町産)、みりん、酒、砂糖、しょうが	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	ウインナー	ウインナー	さばの塩焼き	さば、、塩	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	
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	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	
菜の花のごま和え	菜の花、もやし、にんじん、ごましょうゆ、みりん、和風だし	こまつなの煮ひたし	こまつな、もやし、にんじん、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、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	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	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	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	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	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	
野菜カレー	米、たまねぎ、にんじん、じゃがいもカレールウ、にんにく、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	ハヤシポーク	米、豚肉、たまねぎハヤシルウ、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	★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	
★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)	だし香るたけのご飯	米、たけのこ、にんじん、いんげん、油揚げしょうゆ、酒、みりん、砂糖、あごだし	春ちらし	米、菜の花、にんじん、たけのこ、厚焼卵ゆかり、砂糖、酢	わかめごはん	米、わかめごはんの素	ねぎ塩豚めし	米、豚肉、たまねぎ、長ねぎ、ごま油、油塩、酒、レモン汁、鶏ガラスープ、にんにく	
野菜タンメン	ラーメン、キャベツ、もやし、にんじん、あごだし鶏がらスープ、塩、ラード、ごま油	たぬきうどん	うどん、天かす、長ねぎしょうゆ、塩、みりん、和風だし	冷やしうどん	うどん、天かす、わかめ、しょうゆ、和風だし、塩、みりん	★長柄みそラーメン	ラーメン、わかめ、もやし、鶏ガラスープ長柄みそ、中華味、にんにく、ごま、マーガリン、ラード	山菜うどん	うどん、山菜水煮(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)わかめ、しょうゆ、塩、和風だし、みりん	
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	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	はるさめスープ	はるさめ、にんじん、たまねぎ、中華味、塩、こしょう	
チャプチェ	はるさめ、もやし、にら、きゃべつ、にんじん、ごま油、油ごま、中華味、しょうゆ、塩、こしょう、オイスターソース	★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	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、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	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	
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	
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	菜の花と卵サラダ自家製ドレッシング添え	菜の花、スクランブルエッグ、キャベツ、にんじん長柄みそ、マヨネーズ、砂糖、ごま	春キャベツとひじきのサラダ	キャベツ、ひじき、にんじん、とうもろこし、グリーンピース油揚げ、しょうゆ、酒、みりん、和風だし、マヨネーズ、砂糖	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	芽キャベツとじゃがいものサラダ	芽キャベツ、じゃがいも、にんじんマヨネーズ、粒マスタード、砂糖	
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	オレンジゼリー	オレンジゼリーの素	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	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)	
春キャベツのベベロンチーノ	スパゲッティ、キャベツ、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	ペンネのカルボナーラソース	ペンネ、カルボナーラソース	しょうゆ焼きそば	焼きそば麺、キャベツ、ピーマン、たまねぎ、長ねぎ和風だし、かつお節、しょうゆ、酒、みりん、油	和風山菜スパゲッティ	スパゲッティ、山菜(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)にんにく、油、しょうゆ、みりん、和風だし、マーガリン	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	
ねぎ塩だれチキン	鶏肉、塩、こしょう、長ねぎ、鶏ガラスープにんにく、ごま油、酒、レモン汁、	肉団子の酢豚風	鶏肉団子、にんじん、たまねぎ、ピーマン、ケチャップしょうゆ、砂糖、酢、中華味、かたくり粉、油	蒸ししゅうまい	しゅうまい	ディアボラ風ハンバーグ	ハンバーグ、たまねぎ、にんにく、ハーブシーズニング、塩オリーブオイル、マーガリン、黒こしょう、酒、しょうゆ、パセリ粉	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	
ロールキャベツ中華風	ロールキャベツ、にんじん、中華味塩、こしょう、ごま油	ジャーマンポテト	じゃがいも、にんじん、とうもろこし、グリーンピースコンソメ、塩、黒こしょう、マーガリン	★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、塩、こしょう	ポトフ	ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、コンソメ、塩、こしょう、パセリ粉	野菜のチーズ焼き	にんじん、、ブロッコリー、じゃがいもマヨネーズ、チーズ、塩、黒こしょう	
気仙沼産カツオカツ	気仙沼産カツオカツ、油	★鏡子産さばフライタルソース添え	鏡子産さばフライ、油、玉ねぎ、マヨネーズ、酢スクランブルエッグ、レモン汁、砂糖、パセリ粉	あじ大葉フライ	あじ大葉フライ、油	カツオフライ	カツオフライ、油	鶏の梅しそ巻き	鶏の梅しそ巻き、油	
山菜の甘辛煮	山菜水煮(わらび、細竹、えのきたけ、きくらげ)、つきこんにやくにんじん、にんにく、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、あごだし、ごま油	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	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	じゃがいものそぼろ煮	じゃがいも、鶏ひき肉、しょうが、かたくり粉しょうゆ、砂糖、酒、みりん、和風だし、油	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん和風だし、しょうゆ、みりん、酒、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	筑前煮	鶏肉、にんじん、れんこん、ごぼう、里芋、いんげんしょうゆ、砂糖、みりん、酒、和風だし	たけのこの土佐煮	たけのこ、わかめ、かつお節、しょうゆ、酒、みりん、和風だし、砂糖	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	★春キャベツと豆腐の煮物	豆腐(千葉県産大豆)、豚肉、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、酒、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	★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)	★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	
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	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	いちごゼリー	いちごゼリーの素	
オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ	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	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。