

献立表

野球部(A)

パート展開: 無

	2026年01月26日(月)	2026年01月27日(火)	2026年01月28日(水)	2026年01月29日(木)	2026年01月30日(金)	2026年01月31日(土)	2026年02月01日(日)	
朝	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●さばの照焼き * さば(骨なし・凍調)80g×5切 * おろし生姜しょうが1kg * 料理酒 1L * 蒲焼のたれ1kg * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●オムレツ * ブレーンオムレツ(50g×10個) * トマトケチャップ(1kg)</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●みそ汁 * 小松菜カット(500g) * きざみ揚げ300g * あわせみそ10kg Q和風だし汁</p> <p>●オレンジ オレンジ(270g)／個</p> <p>●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P ●ハンバーグ * 柔らかハンバーグ(パラタイプ)(80g×20個)</p> <p>●さばの塩焼き * サラダ油(1.35kg) * トマトケチャップ(1kg)</p> <p>●付け温野菜 * ブロッコリー500g * カリフラワー500g * 煎煎ごまだれッシング1L</p> <p>●目玉焼き 卵(M)(10個入)(580g)／P * 塩1kg</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●パンプキンスープ * パンプキンクリーム(粉体スープ)1kg 水</p> <p>●ゼリー シーケーサーザゼリー60g／P</p> <p>●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●鮭のムニエル * ピンクサーモン(骨なし・凍調)70g×5切 * 塩1kg * コショウ300g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●さばの塩焼き * さば(骨なし・凍調)80g×5切 * 塩1kg * コショウ300g * プロセッサー炒め * 水切り不要大根おろし500g * ポン酢しょう油1.8L</p> <p>●人参千切り * 人参千切り500g * 冷凍全卵(1kg)</p> <p>●野菜炒め * 豚肩小間肉(2mm)500g * キャベツ/kg * いんげん斜めカット500g * 人参千切り500g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●ささみと胡瓜の梅和え * 蒸し鶏ささみほぐし身IQF500g きゅうり/kg * 塩1kg * 凍塩うめしお460g食物繊維強化</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●みそ汁 * キャベツ15mmカット500g * きざみ揚げ300g * ほうれん草(カット)1kg * あわせみそ10kg Q和風だし汁</p> <p>●りんご りんご(ふじ)(220g)／個</p> <p>●ヨーコ (森永)ヨーコ(180ml)／本</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●鮭のムニエル * C焼チキンカツ(60g×10個) * 塩1kg * 小麦粉(薄力)1kg * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●さばの塩焼き * ピンクサーモン(骨なし・凍調)70g×5切 * 塩1kg * コショウ300g * プロセッサー炒め * ブロッコリー500g * やわらかぶなしめじ500g * たまねぎ3mmスライス500g * 冷凍おさかなソーセージスライス(5mm)500g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●野菜炒め * 豚肩小間肉(2mm)500g * キャベツ/kg * いんげん斜めカット500g * 人参千切り500g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●沖縄風みそ汁 木綿豆腐(450g)／P * 大根1/8いちょう切り500g</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●みそ汁 * 人参1/8いちょう切り500g * 豚肩小間肉(2mm)500g</p> <p>●野菜炒め * 塩1kg * コショウ300g * 和Qだし 1kg * 濃口醤油(1.8L)</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●みそ汁 * ねぎ(きざみ)500g Q和風だし汁 * あわせみそ10kg</p> <p>●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p> <p>●みかん 温州みかん(70g)／個</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●赤魚のネギソースかけ * 赤魚(骨なし・凍調)70g×10切 * 塩1kg * きざみ野菜 白ねぎ500g * おろし生姜しょうが1kg * ポン酢しょう油1.8L * ごま油入り調合油1350g</p> <p>●麺チャンブルー 切麺(1000g)／P * 冷凍全卵(1kg)</p> <p>●野菜炒め * 塩1kg * コショウ300g * 和Qだし 1kg * 濃口醤油(1.8L)</p> <p>●納豆 キヤペツ/kg * 人参千切り500g * 塩1kg * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●沖縄風みそ汁 木綿豆腐(450g)／P * 太もやし(200g)／P</p> <p>●納豆 キヤペツ/kg * 人参千切り500g * 塩1kg * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●アーサのみそ汁 あおさ(100g)／P 木綿豆腐(450g)／P * あわせみそ10kg Q和風だし汁</p> <p>●ゼリー * 野菜と果物のゼリー食物繊維(50g×10個)</p> <p>●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●さばの塩焼き * さば(骨なし・凍調)70g×5切 * 塩1kg * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●野菜炒め * 水切り不要大根おろし500g * おろし生姜しょうが1kg * ポン酢しょう油1.8L * 水切り不要大根おろし500g * ポン酢しょう油1.8L</p> <p>●パパイヤイリチー パパイヤ(F)(500g)／P * 人参千切り500g * ベーコンスライス500g にら/kg * サラダ油(1.35kg) * 濃口醤油(1.8L) * 和Qだし 1kg</p> <p>●納豆 納豆(たれ付)(F)(30g)／P</p> <p>●アーサのみそ汁 あおさ(100g)／P 木綿豆腐(450g)／P * あわせみそ10kg Q和風だし汁</p> <p>●ゼリー * 野菜と果物のゼリー食物繊維(50g×10個)</p> <p>●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p>		
朝間	<p>●おにぎり(塩) 米(恵)(5kg)／P * 塩1kg * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p>	<p>●ゆかりおにぎり 米(恵)(5kg)／P * ゆかり500g</p>	<p>●おにぎり(わかめ) 米(恵)(5kg)／P * わかめごはんの素250g</p>	<p>●おにぎり(青菜) 米(恵)(5kg)／P * 菜めし250g</p>	<p>●おにぎり(わかめ) 米(恵)(5kg)／P * わかめごはんの素250g</p>	<p>●おにぎり(梅干し) 米(恵)(5kg)／P * 塩1kg * 種なし梅干480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p>		
昼	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●麻婆豆腐 * ソフトとうふ(約7g)1kg * 豚ミンチ500g * まめプラスミンチ(大豆たんぱく)1kg</p> <p>* きざみ野菜 生たまねぎ500g 水 * 万能調味料 甘辛みそ(ステン可)1L * おろし生にんにく1kg * おろし生姜1kg * ごま油入り調合油1350g</p> <p>●鶏のから揚げ * 若鶏もも(30g×20枚) * から揚げ粉(うま塩味)1kg 水 * サラダ油(長徳)(16.5kg)</p> <p>●キムチ * 白菜1kg(IQF) * きゅうり輪切り500g そのまま食べられる野菜 キムチの素(1200g)／本</p> <p>●かきたま汁 卵(M)(10個入)(580g)／P * 塩1kg * うすくち醤油(1.8L) Q和風だし汁 * 片栗粉1kg 貝割大根(50g)／P</p> <p>●ゼリー * ゼリーの素(コーヒー)600g 水 ワシミルク(加糖練乳)(397g)／缶</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P</p> <p>●赤魚の大葉みそ焼き * 赤魚(骨なし・凍調)80g×10切 * 料理酒 1L * きざみ野菜 白ねぎ500g 大葉(AM)(10枚入)(5g)／P</p> <p>* きざみ野菜 生たまねぎ500g * きざみ野菜 にんじん500g * きざみ野菜 しいたけ500g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●豆腐チャンプルー 厚揚(生揚)(250g×5枚)／P * 豚肩小間肉(2mm)500g * ポイルキヤベツ500g * 小松菜カット(500g) * 人参千切り500g * サラダ油(1.35kg)</p> <p>* 上白糖1kg * 青さのり10g * 濃口醤油(1.8L) * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●シーフードピラフ 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg ●照焼チキン * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * 上白糖1kg</p> <p>* おろし生姜1kg * あわせみそ10kg * きざみ野菜 白ねぎ500g * きざみ野菜 赤ピーマン500g * スーパースイートコーン500g</p> <p>* 濃口醤油(1.8L) * みりん風調味料 1L * サラダ油(1.35kg)</p> <p>●細切生姜(300g) * 皮なし若鶏もも500g(約10カット) * 青さのり10g * 小麦粉(薄力)1kg * 冷凍全卵(1kg) * サラダ油(長徳)(16.5kg)</p> <p>* おろし生姜入り天ぷら * 木キ(骨なし)70g×10切 * 塩1kg * おろし生姜(300g)</p> <p>●フレッシュサラダ * オーマイマカロニ240g * チルドボテ15mmダイスカット1kg * きざみ野菜 生たまねぎ500g * マッシュルームスライス300g * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●チキングラン * 皮なし若鶏もも500g(約10カット) * オーマイマカロニ240g * チルドボテ15mmダイスカット1kg * きざみ野菜 生たまねぎ500g * マッシュルームスライス300g * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●豚汁 * おろし生姜1kg * あわせみそ10kg * うずき輪切り3mmスライス500g Q和風だし汁 * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ500g * きざみ野菜 赤ピーマン500g * ホワイトソース(粉末)500g * マッシュルームスライス300g * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●豚の立田揚げ * さば(骨なし・凍調)70g×5切 * きざみ野菜 生たまねぎ500g * きざみ野菜 赤ピーマン500g * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●ニンニクの芽炒め * 牛肩小間肉(1.2mm)500g * おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●チキンガラタン * 牛肩小間肉(1.2mm)500g * おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p> <p>●バイン * 冷凍バイン乱切り500g</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>* おろし生姜(300g) * みりん風調味料 1L * 片栗粉1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p> <p>●みかん 温州みかん(70g)／個</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●鶏肉の生姜焼き * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p> <p>●みかん 温州みかん(70g)／個</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉のガーリック焼 * 豚肩ロース肉(60g×10枚) * 塩1kg * コショウ300g</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉の生姜焼き * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉の生姜焼き * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉の生姜焼き * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉の生姜焼き * 若鶏もも(80g×10枚) * 料理酒 1L * おろし生姜1kg * きざみ野菜 生たまねぎ480g * 噴み切れる全形焼きのり(3g×10枚)</p> <p>●牛乳 * 牛乳赤箱180ml／P</p>
昼間	<p>●おにぎり(わかめ) 米(恵)(5kg)／P * 塩1kg * たいみそ530g</p>	<p>●おにぎり(みそ) 米(恵)(5kg)／P * 塩1kg</p>	<p>●おにぎり(青菜) 米(恵)(5kg)／P * 菜めし250g</p>	<p>●おにぎり(鮭) 米(恵)(5kg)／P * 塩1kg * さけほぐし身(味付け)500g</p>	<p>●おにぎり(青菜) 米(恵)(5kg)／P * 菜めし250g</p>			

献立表

野球部(A)

パート展開:無

	2026年01月26日(月)	2026年01月27日(火)	2026年01月28日(水)	2026年01月29日(木)	2026年01月30日(金)	2026年01月31日(土)	2026年02月01日(日)
			* 噙み切れる全形焼きのり(3g×10枚)		* 噙み切れる全形焼きのり(3g×10枚)		
夕	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●豚肉のはちみつペッパーソテー * 豚ロース肉(60g×10枚)(柔らか加工済) * 塩1kg * コショウ300g * やわらかぶなしめじ500g * 料理酒 1L * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* みりん風調味料 1L * はちみつ350g * サラダ油(1. 35kg) * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●鶏じやが * 若鶏小間肉500g * ポイルポテト乱切1kg * 人参1／8いちょう切り500g * たまねぎ3mmスライス500g * 糸こんにゃく白(しらたき)180g * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>Q和風だし汁 * 料理酒 1L * 上白糖1kg * 濃口醤油(1. 8L) * みりん風調味料 1L</p> <p>●ほうれん草ツナ炒め * ほうれん草(カット)1kg * かつおフレーク油漬500g(パウチ) * サラダ油(1. 35kg) * 塩1kg * コショウ300g * 和Qだし 1kg</p> <p>●ミニきつねうどん * 冷凍うどん(250g×5個) * 味付けあげ(約28g×30枚) * 刻み二色かまぼこ(チャンポン)500g * 白ねぎ輪切り3mmスライス500g * 昆布つけ 1. 8L 水</p> <p>●野菜ジュース * 野菜生活(200ml×24本)</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●チキン南蛮 * 若鶏もも(80g×10枚) * 塩1kg * コショウ300g * 冷凍全卵500g * 小麦粉(薄力)1kg * サラダ油(長徳)(16. 5kg) 南蛮あんかけのたれ(2170g)／本</p> <p>* 付けるキャベツ * キャベツ切り500g そのまま食べられる野菜 * サウザンアイランドレッシング1L</p> <p>●焼き肉 * 豚肩小間肉(2mm)500g * たまねぎ3mmスライス500g * 塩1kg * コショウ300g * おろし生にんにく1kg * 万能調味料 オイスター(ステコン可)1L * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>●キムチチゲ * 豚パ拉斯ライス(1. 8mm)4cmカット500g * 白菜1kg(IQF) * たまねぎ3mmスライス500g 木綿豆腐(450g)／P にら／kg だし汁(鰹) * あわせみそ10kg キムチの素(1200g)／本 * 風味豊かな中華だし1kg * おろし生しょうが1kg</p> <p>●ヨーグルト 100%ジュース(オレンジ)(200ml)／P 固形ヨーグルト(60g)／個</p>	<p>●バターライス 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 有塩マーガリン500g(マイクックG)</p> <p>●トントキ * ドライパセリ5g</p> <p>●ハヤシライス * 豚肩小間肉(2mm)500g * 塩1kg * コショウ300g * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>* おろし生にんにく1kg</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) * たまねぎ3mmスライス500g * サウザンアイランドレッシング1L</p> <p>* ハヤシフレーク1kg デミグラソース(1号)(3000g)／缶</p> <p>* いかリングフライ * やわらかイカリングフライ(20g×50個)</p> <p>* サラダ油(長徳)(16. 5kg)</p> <p>* 酒蒸中濃ソース(ミニ)(8g×40個)</p> <p>* 荒くだきポテト1kg * キザミハム500g(2. 5mm角×45mm)</p> <p>* きゅうり切り500g そのまま食べられる野菜 * マヨネーズ1kg * 塩1kg * コショウ300g * 穀物酢(1. 8L)</p> <p>* ササミと豆のサラダ * 蒸し鶏ささみほぐし身IQF500g</p> <p>* サラダ豆500g 豚ソーキ肉(F)(60gカット)／個 * 冬瓜1kg 人参／kg 昆布(生)(1000g)／P</p> <p>* フレンチドレッシング(白)1L ●牛乳 牛乳赤箱180ml／P</p> <p>* あわせみそ10kg * ねぎ(きざみ)500g * 塩1kg ●野菜ジュース * 野菜生活(200ml×24本)</p> <p>* アセロラゼリーVC(40g×10個)</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●トントキ * 鶏と野菜の甘酢あんかけ * Cやわらか和風唐揚げ1kg(約30個)</p> <p>* 塩1kg * コショウ300g * 小麦粉(薄力)1kg * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>* 素揚げなす(1kg) * 人参／kg * 中濃ソース1. 8L</p> <p>* トマトケチャップ(1kg) * たまねぎ3mmスライス500g * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* マッシュルームスライス300g * やわらかぶなしめじ500g * 人参千切り500g * おろし生にんにく1kg</p> <p>* 茄子みそ炒め * 素揚げなす(1kg) * 穀物酢(1. 8L)</p> <p>* トマトケチャップ(1kg) * 上白糖1kg * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* みりん風調味料 1L * たまねぎ3mmスライス500g * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>* あわせみそ10kg * 蒸し鶏ささみほぐし身IQF500g * 大根千切り500g * きゅうり／kg * セミセパ 中華1L</p> <p>* ソーキ汁 * 豚ソーキ肉(F)(60gカット)／個 * 冬瓜1kg 人参／kg 昆布(生)(1000g)／P</p> <p>* ブロッコリー500g * フレンチドレッシング(白)1L ●ゆし豆腐 ゆし豆腐(500g)／P Q和風だし汁 * 塩1kg ●野菜ジュース * 野菜生活(200ml×24本)</p> <p>* アセロラゼリーVC(40g×10個)</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●チキンカレー * 若鶏小間肉500g * 塩1kg * コショウ300g * おろし生にんにく1kg * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>* ぶりのゆず醤油焼き * 天然ぶり(骨なし・凍調)70g×5切 * 料理酒 1L * 塩1kg * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* 素揚げなす(1kg) * 人参／kg * 中濃ソース1. 8L</p> <p>* トマトケチャップ(1kg) * たまねぎ3mmスライス500g * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* みりん風調味料 1L * おろし生しょうが1kg</p> <p>* さしあけ1／4カット500g 水 * 風味豊かな中華だし1kg * トマトケチャップ(1kg) * 上白糖1kg * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* みりん風調味料 1L * たまねぎ3mmスライス500g * 糸こんにゃく白(しらたき)180g * グリーンピース1kg * サラダ油(1. 35kg)</p> <p>* 中華イカ和え * あわせみそ10kg * 濃口醤油(1. 8L)</p> <p>* みりん風調味料 1L * たまねぎ3mmスライス500g * みりん風調味料 1L * きゅうり／kg * セミセパ 中華1L</p> <p>* ソーキ汁 * 春巻(43g×20本) * サラダ油(長徳)(16. 5kg)</p> <p>* みそ汁 * ほうれん草(カット)1kg * あさりむき身(ゆで)1kg * しいたけスライス300g * あわせみそ10kg Q和風だし汁</p> <p>* キウイ キウイフルーツ(120g)／個</p> <p>* ヨーグルト 固形ヨーグルト(60g)／個</p>	<p>●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg</p> <p>●肉じゃが * ポイルボテト乱切1kg 人参／kg * たまねぎ3mmスライス500g * やわらかぶなしめじ500g * バーモントカレー1kg * 風味豊かなコンソメ1kg 水</p> <p>●とんかつ * とんかつ(80g×7個) * サラダ油(長徳)(16. 5kg)</p> <p>●フレッシュサラダ サニーレタス／kg グリーンリーフレタス／kg トマト(M@160g)／個 バブリカ(黄)(180g)／個 * 焙煎ごまだれッシング1L</p> <p>●パイン * 冷凍パイン乱切り500g</p> <p>●ジョア ジョアマスカット(鉄・葉酸)(80ml×20本／P)</p>	