

週間献立表

野球部(A)

	令和08年02月23日(月)	令和08年02月24日(火)	令和08年02月25日(水)	令和08年02月26日(木)	令和08年02月27日(金)	令和08年02月28日(土)	令和08年03月01日(日)
朝	米飯 さばの塩焼き しらすと枝豆の卵焼き そぼろきんぴら みそ汁(大根) キウイ 牛乳	米飯 赤魚の西京焼き キャベツと厚揚げの炒め 納豆 かきたま汁 キウイ1個 牛乳	ホットドッグ(ツナ、卵サ ポークウインナー ベビーチーズ フレッシュサラダ クラムチャウダー オレンジ1/4	米飯 鮭のムニエル 付)スナップエンドウ 人参しりしりー 納豆 みそ汁(あさり) 牛乳	米飯 鶏肉のネギソースかけ ささみと胡瓜の梅和え 納豆 バナナ1本 みそ汁(ちくわ・キャベツ) 牛乳	米飯 赤魚の塩焼き 麩チャンプルー 納豆 みそ汁(玉葱・わかめ) オレンジ1/4 牛乳	食パン スクランブルエッグ ハムとチーズ フレッシュサラダ コーンポタージュ オレンジ1/4
朝おやつ		おにぎり(梅干し)	わかめおにぎり	おにぎり(のり佃煮)	わかめおにぎり	しそ昆布のおにぎり	
昼	米飯 豚肉のカレー焼き 付)ポテトフライ 付)ブロッコリー フレッシュサラダ オレンジ1/4 コンソメスープ(白菜)	みそラーメン 焼き餃子 チョレギサラダ オレンジ1/4	米飯 魚の天ぷら(紅生姜) 豆腐チャンプルー ひじきのサラダ フルーツ(りんご) 豚汁	ヒレカツ丼 胡瓜とわかめの酢の物 フルーツポンチ かきたま汁	米飯 ポークカレー 付)福神漬 メンチカツ コールスローサラダ	米飯 タラのピザ風焼き エビフライ ほうれん草とササミの胡 コンソメスープ(チキンポ ぶどう80g	米飯 鯖の立田揚げ 五目煮風炒め 白菜と小松菜の和え物 巨峰100g レバー汁
昼おやつ		おにぎり(塩)	鮭のおにぎり	ジューシーおにぎり	クリームパン ザバス	たくあんおにぎり	
夕	米飯 タンドリーチキン アスパラいかバター炒め シーザーサラダ はるさめスープ リンゴ1/4	米飯 チキン南蛮(タルタル) 付け)レタス 冬瓜ウブシー キムチチゲ ヨーグルト	米飯 バーベキューチキン 肉じゃが ブロッコリーとかにかまの 具沢山みそ汁 フルーツ(パイナップル・マンゴ	米飯 タラのホイル焼き 青菜と厚揚げの炒め物 ブロッコリーとエビのサラ フルーツ(りんご) ミネストローネ	米飯 魚の甘酢あんかけ フレッシュサラダ ヨーグルト 巨峰 うどん汁(温玉付)	米飯 鶏肉のマスタード焼き シーザーサラダ じゃがいもと豚肉の炒め コンソメスープ オレンジ1/4	米飯 豚バラキムチ炒め(温玉 春雨サラダ 海鮮しゅうまい 五目中華スープ ヨーグルト
エネルギー	3632kcal	エネルギー 3983kcal	エネルギー 4349kcal	エネルギー 4082kcal	エネルギー 4460kcal	エネルギー 3963kcal	エネルギー 3996kcal
蛋白質	171g	蛋白質 180.6g	蛋白質 167.7g	蛋白質 177.7g	蛋白質 165g	蛋白質 181.6g	蛋白質 157.7g
脂質	111.8g	脂質 99.8g	脂質 131.8g	脂質 84.6g	脂質 103.5g	脂質 103.5g	脂質 142.5g
食塩相当	10.3g	食塩相当 17.3g	食塩相当 15.3g	食塩相当 13.9g	食塩相当 18.2g	食塩相当 11.6g	食塩相当 16.4g

*食材や仕入れの都合により献立は変更する場合がございます。