

献立表

野球部(A)

パーツ展開：無

	2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)
朝	<p>●米飯</p> <p>米(恵)(5kg)／P 155</p> <p>* 乳カル酵素ファイバー1kg 1.5</p> <p>●鶏肉の照焼き</p> <p>* 皮なし若鶏もも肉(80g×10切) 160</p> <p>* おろし生にんにく1kg 1</p> <p>* 料理酒 1L 1</p> <p>* 上白糖1kg 2</p> <p>* 濃口醤油(1. 8L) 5</p> <p>* みりん風調味料 1L 2</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>●ブロッコリーソテー</p> <p>* ブロッコリー500g 50</p> <p>* たまねぎ3mmスライス500g 20</p> <p>* いか短冊1kg 20</p> <p>* ヤングコーン缶(3号)固形270g 10</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* 塩1kg 0.2</p> <p>* コショウ300g 0.01</p> <p>* おろし生にんにく1kg 0.2</p> <p>* 風味豊かなコンソメ1kg 0.8</p> <p>●納豆</p> <p>* 小粒納豆(味付)30g×40個 30</p> <p>●ミネストローネ</p> <p>* キャベツ15mmカット500g 20</p> <p>* 人参1/8いちよう切り500g 5</p> <p>* ベーコンIQF短冊カット500g 10</p> <p>* たまねぎ15mmカット500g 15</p> <p>水 150</p> <p>* トマトコンソメ(粉体スープ)800g 10</p> <p>* 塩1kg 0.2</p>	<p>●米飯</p> <p>米(恵)(5kg)／P 155</p> <p>* 乳カル酵素ファイバー1kg 1.5</p> <p>●赤魚の塩焼き</p> <p>* 赤魚(骨なし・凍調)60g×10切 120</p> <p>* 塩1kg 0.2</p> <p>* コショウ300g 0.05</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 1</p> <p>* 水切り不要大根おろし500g 40</p> <p>* ポン酢しょう油1. 8L 4</p> <p>●きゃべつ炒め</p> <p>キャベツ/kg 80</p> <p>* 人参1/8いちよう切り500g 10</p> <p>太もやし(200g)／P 20</p> <p>* 豚肩小間肉(2mm)500g 50</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* 塩1kg 0.2</p> <p>* コショウ300g 0.01</p> <p>* 濃口醤油(1. 8L) 2</p> <p>* 丸鶏がらスープ塩分ひかえめ500g 0.2</p> <p>●納豆</p> <p>納豆(たれ付)(F)(30g)／P 30</p> <p>●ゆし豆腐汁</p> <p>ゆし豆腐(500g)／P 100</p> <p>貝割大根(50g)／P 5</p> <p>だし汁(鰹) 150</p> <p>* あわせみそ10kg 8</p> <p>●オレンジ</p> <p>オレンジ(270g)／個 43.88</p> <p>●牛乳</p>	<p>●ホットドッグ(ツナ、卵サラダ)</p> <p>ホットドッグパン(背割り)(120g)／個 240</p> <p>* タマゴサラダ1kg 60</p> <p>* ライトツナフレーク油漬1kg(パウチ) 30</p> <p>* きざみ野菜 生たまねぎ500g 10</p> <p>* マヨネーズ1kg 8</p> <p>* 塩1kg 0.3</p> <p>* コショウ300g 0.01</p> <p>●ポークウインナー</p> <p>* ポークウインナー450g(約25本) 72</p> <p>●ベビーチーズ</p> <p>* ベビーチーズ(15g×40個)(チルド) 30</p> <p>●フレッシュサラダ</p> <p>サニーレタス/kg 20</p> <p>グリーンリーフレタス/kg 50</p> <p>きゅうり/kg 20</p> <p>パプリカ(黄)(180g)／個 3</p> <p>* ノンオイル青じそドレッシング(8g×40個) 8</p> <p>●クラムチャウダー</p> <p>* たまねぎ15mmカット500g 20</p> <p>* チルドポテト15mmダイスカット1kg 30</p> <p>* あさりむき身(ゆで)1kg 30</p> <p>* ベーコンIQF短冊カット500g 10</p> <p>水 120</p> <p>* シチューミクス(クリーム)1kg 8</p> <p>* 風味豊かなコンソメ1kg 0.5</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(946ml)／P 30</p> <p>* ドライパセリ5g 0.02</p> <p>●バナナ</p> <p>バナナ(120g-150g)／本 72</p>	<p>●米飯</p> <p>米(恵)(5kg)／P 155</p> <p>* 乳カル酵素ファイバー1kg 1.5</p> <p>●グリルチキン</p> <p>* グリルチキンもも(ハーブ)50g×10個 100</p> <p>●目玉焼き</p> <p>卵(M)(10個入)(580g)／P 49.88</p> <p>* 塩1kg 0.3</p> <p>* コショウ300g 0.1</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* ポン酢しょう油1. 8L 8</p> <p>●ブロッコリーソテー</p> <p>* ブロッコリー500g 30</p> <p>* たまねぎ3mmスライス500g 10</p> <p>* ウインナーIQFスライス(3mm)500g 30</p> <p>* スーパースイートコーン500g 10</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 20</p> <p>* 味付塩こしょう250g 3</p> <p>* おろし生にんにく1kg 8</p> <p>* 風味豊かなコンソメ1kg 20</p> <p>●パンブキンスープ</p> <p>* パンブキンクリーム(粉体スープ)1kg 30</p> <p>水 30</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(946ml)／P 10</p> <p>クルトン(250g)／P 120</p> <p>* ドライパセリ5g 8</p> <p>* 塩1kg 0.5</p> <p>●パイン</p> <p>* 冷凍パイン乱切り500g 0.02</p> <p>●牛乳</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82</p>	<p>●米飯</p> <p>米(恵)(5kg)／P 155</p> <p>* 乳カル酵素ファイバー1kg 1.5</p> <p>●鶏肉のネギソースかけ</p> <p>* 皮なし若鶏もも(60g×10枚) 120</p> <p>* 塩1kg 0.2</p> <p>* コショウ300g 0.02</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* おろし生しょうが1kg 1</p> <p>* ポン酢しょう油1. 8L 8</p> <p>* ごま油入り調合油1350g 2</p> <p>●そばろきんぴら</p> <p>* やわらかきんぴらごぼう400g 10</p> <p>* きんぴらレンコン500g 20</p> <p>* 鶏そぼろ500g 10</p> <p>* 七味唐辛子17g 2</p> <p>●納豆</p> <p>納豆(たれ付)(F)(30g)／P 0.2</p> <p>納豆(たれ付)(F)(30g)／P 0.2</p> <p>●みそ汁</p> <p>* 大根1/8いちよう切り500g 20</p> <p>* 大根の葉500g 15</p> <p>* あわせみそ10kg 120</p> <p>Q和風だし汁 30</p> <p>●オレンジ</p> <p>オレンジ(270g)／個 0.01</p> <p>●牛乳</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82</p>	<p>●米飯</p> <p>米(恵)(5kg)／P 155</p> <p>* 乳カル酵素ファイバー1kg 1.5</p> <p>●たららのムニエル</p> <p>* たら(骨なし・凍調)60g×5切 120</p> <p>* 塩1kg 0.2</p> <p>* コショウ300g 0.02</p> <p>* 小麦粉(薄力)1kg 2</p> <p>* 有塩バター450g 20</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 1</p> <p>●ほうれん草の白あえ</p> <p>* ほうれん草(カット)1kg 2</p> <p>* 人参千切り500g 50</p> <p>* チキンフレーク水煮1050g(パウチ) 20</p> <p>* 白和えの素500g 50</p> <p>●納豆</p> <p>納豆(たれ付)(F)(30g)／P 0.1</p> <p>●みそ汁</p> <p>* ポイルキャベツ500g 30</p> <p>* きざみ揚げ300g 20</p> <p>* あわせみそ10kg 5</p> <p>Q和風だし汁 8</p> <p>●ぶどう</p> <p>ぶどう(300g)／P 150</p> <p>●牛乳</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82</p>	<p>●食パン</p> <p>* 食パン(42. 5g×2枚×20P) 170</p> <p>* ママレード(15g×40個) 15</p> <p>* いちごジャム(15g×40個) 15</p> <p>●スクランブルエッグ</p> <p>* 冷凍全卵(1kg) 70</p> <p>* きざみ野菜 生たまねぎ500g 20</p> <p>* 味付塩こしょう250g 0.3</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* 有塩バター450g 2</p> <p>●ハムとチーズ</p> <p>* スライスハム500g(1. 2mm・約10g/枚) 40</p> <p>* サラダ油(1. 35kg) 2</p> <p>* スライスチーズ170g(14枚入)(チルド) 24</p> <p>●フレッシュサラダ</p> <p>サニーレタス/kg 20</p> <p>グリーンリーフレタス/kg 5</p> <p>きゅうり/kg 20</p> <p>パプリカ(黄)(180g)／個 3</p> <p>* ノンオイル青じそドレッシング(8g×40個) 8</p> <p>●コーンポタージュ</p> <p>* コーンクリーム(粉体スープ)1kg 15</p> <p>スイートコーン(クリーム)(425g)／缶 10</p> <p>(森永)高たんぱく高カルシウム(946ml)／P 30</p> <p>水 120</p> <p>* ドライパセリ5g 0.02</p> <p>●パイン120g</p> <p>* 冷凍パイン乱切り500g 120</p> <p>●牛乳</p>

献立表

野球部(A)

パーツ展開：無

	2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)
	●パイン * 冷凍パイン乱切り500g	(森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82	●牛乳 (森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82				(森永)高たんぱく高カルシウム(180ml)／P 188.82
朝おやつ	●おにぎり(みそ) 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 塩1kg * たいみそ530g * 噛み切れる全形焼きのり(3g×10枚)	●ゆかりおにぎり 米(恵)(5kg)／P * ゆかり500g * 噛み切れる全形焼きのり(3g×10枚)	●ゆかりおにぎり 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * ゆかり500g * 噛み切れる全形焼きのり(3g×10枚)	●たくあんおにぎり 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 千切沢庵1kg【合着】	●わかめのおにぎり 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * わかめごはんの素250g	●青菜のおにぎり 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 菜めし250g	●おにぎり(みそ) 米(恵)(5kg)／P * たいみそ530g * 噛み切れる全形焼きのり(3g×10枚)
昼	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg ●ほきの香草パン粉焼き * ホキ(骨なし)70g×10切 * 塩1kg * コショウ300g * パン粉1kg * おろし生にんにく1kg バジルパウダー(150g)／缶 * 粉チーズ80g(常温) レモン(115玉@150g)／個 ●ジャガイモのチーズ炒め * じゃがいも千切り500g * たまねぎ3mmスライス500g * いんげん斜めカット500g * ウインナーIQFスライス(3mm)500g * 粉チーズ80g(常温) * 風味豊かなコンソメ1kg * コショウ300g	●沖縄そば300g 沖縄そば(1000g)／P 豚三枚肉(皮付)(60gカット)(F)／枚 * 料理酒 1L * 上白糖1kg * 濃口醤油(1.8L) * おろし生しょうが1kg 丸長かまぼこ(スライス)(15g)／枚 万能ねぎ／kg * 細切生姜(300g) 鶏がら(F)(1000g)／P だし汁(鰹) (サン食品)沖縄そばだし(1800ml)／本 * 濃口醤油(1.8L) ●野菜炒め * 豚ももスライス(1.8mm)4cmカット500g * 塩1kg * コショウ300g * サラダ油(1.35kg) キャベツ／kg	●チーズタッカルビ丼 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 皮なし若鶏もも(30g×20枚) * たまねぎ3mmスライス500g * 白菜1kg(IQF) * やわらかぶなしめじ500g にら／kg コチジャン(130g)／瓶 * 上白糖1kg * 濃口醤油(1.8L) * おろし生しょうが1kg * おろし生にんにく1kg * ごま油入り調合油1350g * シュレッドチーズ500g(チルド) * きざみのり(細切)100g ●野菜サラダ レタス(2)／kg * きゅうり千切り500g そのまま食べられる野菜 * グリーニアスパラガス500g * かにかまスティック(16g×30本)塩味ひかえめ	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg ●タラのカレー焼き * たら(骨なし・凍調)70g×5切 * 塩1kg * 小麦粉(薄力)1kg * カレーパウダー缶入400g(マドラス) * 有塩マーガリン500g(マイクックG) * サラダ油(1.35kg) * ドライパセリ5g ●付け 野菜のイタリアン和え * イタリアン野菜MIX500gそのまま食べられる野 * セミセパ イタリアン1L ●揚げ出し豆腐 木綿豆腐(450g)／P * 片栗粉1kg * サラダ油(長徳)(16.5kg) * 水切り不要大根おろし500g * おろし生しょうが1kg * 昆布つゆ 1.8L	●タコライス 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg * 豚ミンチ500g * まめプラスミンチ(大豆たんぱく)1kg * きざみ野菜 生たまねぎ500g * きざみ野菜 緑ピーマン500g * サラダ油(1.35kg) タコスシーズニングミックス(28g)／P * シュレッドチーズ500g(チルド) レタス(2)／kg トマト／kg チリソース ●ポテトフライ * フレンチフライポテト1kg * サラダ油(長徳)(16.5kg) * 塩1kg * コショウ300g * ドライパセリ5g ●鶏ささみと青菜のスープ春雨 * 春雨5cmカット(緑豆入り)500g	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg ●チキントマトソース煮 * 皮なし若鶏もも(20g×20枚) * チルドポテト乱切り10gカット1kg * 人参1／8いちょう切り500g * たまねぎ3mmスライス500g * やわらかぶなしめじ500g * グリーンピース1kg * オリーブオイル(ピュア)600g * おろし生にんにく1kg * コショウ300g * 風味豊かなコンソメ1kg トマト(ホール)(完熟)(400g)／缶 * トマトケチャップ(1kg) ●マグロカツ * やわらかマグロカツ(30g×50個) * サラダ油(長徳)(16.5kg) ●大根サラダ * 大根千切り500g	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg ●鮭のポテト焼き * ピンクサーモン(骨なし・凍調)80g×5切 * 塩1kg * コショウ300g * ポテトサラダ1kg * スーパースイートコーン500g * マヨネーズ1kg * 塩1kg * シュレッドチーズ500g(チルド) * ドライパセリ5g ●海鮮中華炒め 白菜／kg * チンゲン菜カット(500g) * あさりむき身(ゆで)1kg * いか短冊1kg * 人参1／8いちょう切り500g * 料理酒 1L * おろし生しょうが1kg

献立表

野球部(A)

パーツ展開：無

2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)
●大根サラダ * 大根千切り500g	* たまねぎ3mmスライス500g * 人参1/8いちよう切り500g	* セミセバ すりおろし玉ねぎ1L ●コンソメスープ	水 貝割大根(50g)/P	* 蒸し鶏ささみほぐし身IQF500g * チンゲン菜カット(500g)	水菜/kg * ライトツナフレーク油漬1kg(パウチ)	* 万能調味料 うま塩(スチコン可)1L * サラダ油(1.35kg)
水菜/kg * 蒸し鶏ささみほぐし身IQF500g * かつお糸削り80g * きざみのり(細切)100g * ポン酢しょう油1.8L ●れんこんとピーマンのきんぴら * 水煮れんこん(薄スライス)1kg ピーマン(2)/kg * 赤ピーマンスライス500g * 豚肩小間肉(2mm)500g * ごま油入り調合油1350g * 濃口醤油(1.8L) * みりん風調味料 1L * 七味唐辛子17g ●オレンジ オレンジ(270g)/個 ●スープ餃子 * 水ぎょうざ(16g×50個) * チンゲン菜カット(500g) * 白ねぎ輪切り3mmスライス500g 中華スープ * ごま油入り調合油1350g	* ピーマンスライス500g * サラダ油(1.35kg) * 塩1kg * コショウ300g * 和Qだし 1kg * 濃口醤油(1.8L) ●五色なます * 五色なます600g * かにかまちらし(500g)塩味ひかえめ ●白玉ぜんざい(100g白玉5個) ぜんざい(1000g)/P * 白玉団子1kg	* ボイルキャベツ500g * たまねぎ3mmスライス500g * ウィンナーIQFスライス(3mm)500g コンソメスープ ●杏仁フルーツ * 杏仁風カットデザート1kg キウイフルーツ/kg * パインチビット(1号)固形1800g	●レバー炒め * 鶏レバー煮込み(ハツ入り)500g * たまねぎ3mmスライス500g * にんにくの芽(約5cmカット)500g * 人参千切り500g * サラダ油(1.35kg) * 塩1kg * コショウ300g * おろし生にんにく1kg * 焼肉のたれ1L ●根菜のみそ汁 * さつまいも(ダイス)1kg * 水煮れんこん(ホール)1kg * 大根1/8いちよう切り500g * 人参1/8いちよう切り500g * 若鶏小間肉500g * ねぎ(きざみ)500g * あわせみそ10kg Q和風だし汁 ●キウイ キウイフルーツ(120g)/個	中華だし汁 * 料理酒 1L * うすくち醤油(1.8L) * 塩1kg * ねぎ(きざみ)500g * いらごま(白)200g ●フルーツポンチ * 白玉団子1kg * パインチビット(1号)固形1800g * ミカン缶(1号)固形1700g キウイフルーツ/kg	* かつお糸削り80g * きざみのり(細切)100g * ノンオイルドレッシング青じそ(だし配合)1L ●コンソメスープ * やわらかつみれ(野菜)500g(33個UP) * 白菜1kg(IQF) コンソメスープ * 大根の葉500g ●キウイ キウイフルーツ(120g)/個	* ごま油入り調合油1350g ●鉄分強化サラダ * ほうれん草(カット)1kg * 芽ひじき1kg * ライトツナフレーク油漬1kg(パウチ) * サラダ豆500g * ノンオイルドレッシングたまねぎ1L ●バナナ バナナ(120g-150g)/本 ●沖縄風みそ汁 木綿豆腐(450g)/P * 冬瓜1kg * 人参1/8いちよう切り500g * 豚肩小間肉(2mm)500g * 人参1/8いちよう切り500g * ねぎ(きざみ)500g Q和風だし汁 * あわせみそ10kg
屋おやつ ●おにぎり(鮭) 米(恵)(5kg)/P * 乳酸菌酵素ファイバー1kg * さけほぐし身(味付け)500g ●ザバス サバミルクプロテイン(バナナ)(200ml)/本	●鮭のおにぎり 米(恵)(5kg)/P * 乳酸菌酵素ファイバー1kg * さけほぐし身500g	●青菜としらすのおにぎり 米(恵)(5kg)/P * 菜めし250g * しらす干し200g	●おにぎり(塩) 米(恵)(5kg)/P * 乳酸菌酵素ファイバー1kg * 塩1kg * 噛み切れる全形焼きのり(3g×10枚)	●あんぱん あんぱん(80g)/P ●ザバス サバミルクプロテイン(ココア)(200ml)/本	●梅おにぎり 米(恵)(5kg)/P * 種なし梅干480g	●塩昆布おにぎり 米(恵)(5kg)/P * 減塩塩こんぶ120g * ごま油入り調合油1350g

献立表

野球部(A)

パーツ展開：無

	2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)	
夕	●牛丼 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	●米飯 米(恵)(5kg)／P * 乳カル酵素ファイバー1kg	
	204 2	204 2	204 2	204 2	204 2	155 1.5	204 2	
	* 牛もも小間肉(1.2mm)500g * たまねぎ3mmスライス500g * 糸こんにやく白(しらたき)1kg * 白ねぎ斜めカット500g * サラダ油(1.35kg) * 上白糖1kg * 料理酒 1L * 濃口醤油(1.8L) * みりん風調味料 1L * 和Qだし 1kg * おろし生しょうが1kg * 細切生姜(300g) ●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 パプリカ(黄)(180g)／個 * 焙煎ごまドレッシング1L ●野菜かきあげ * C野菜かき揚げ(30g×20個) ●赤だし * あさりむき身(ゆで)1kg * ソフトとうふ(約3g)1kg * カットワカメ小300g Q和風だし汁 * 赤だしみそ1kg ●りんご りんご(ふじ)(220g)／個	●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) ●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 パプリカ(赤)(180g)／個 パプリカ(黄)(180g)／個 クルトン(250g)／P * 焙煎ごまドレッシング1L ●豆腐チャンプルー 木綿豆腐(450g)／P * 豚肩小間肉(2mm)500g * たまねぎ3mmスライス500g ピーマン(2)／kg * 人参千切り500g * サラダ油(1.35kg) * 塩1kg * コシウ300g * 和Qだし 1kg * 濃口醤油(1.8L) ●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	●青椒肉絲 * 豚もも細切り500g * 塩1kg * コシウ300g * 料理酒 1L * おろし生しょうが1kg * 小麦粉(薄力)1kg * サラダ油(1.35kg) * ピーマンスライス500g * 赤ピーマンスライス500g * たけのこ(麻竹千切)500g * サラダ油(1.35kg) * ごま油入り調合油1350g * 万能調味料 オイスター(スチコン可)1L ●サバのピリ辛焼き * さば(骨なし・凍調)60g×5切 * 豆板醤300g * あわせみそ10kg * 上白糖1kg * みりん風調味料 1L * サラダ油(1.35kg) ●付け)千切りキャベツ キャベツ/kg * セミセパ 和風1L ●肉団子スープ * 干し椎茸(中)500g * カットワカメ小300g	●甘辛スベアリブ 豚ソーキ肉(F)(100gカット)／個 * 濃口醤油(1.8L) コチジャン(130g)／瓶 * みりん風調味料 1L * トマトケチャップ(1kg) * はちみつ350g * おろし生にんにく1kg ●付け)レタス レタス(2)／kg * ノンオイルドレッシング青じそ(だし配合)1L ●付け)スパゲティー * 冷凍パスタ 1.7mm(220g×5個) * オリーブオイル(ピュア)600g * 濃口醤油(1.8L) * 塩1kg * コシウ300g * ドライパセリ5g ●菜の花といかのソテー * 菜の花(3cmカット)500g * ヤングコーン缶(3号)固形270g * 人参千切り500g * いか短冊1kg * 塩1kg * コシウ300g * 濃口醤油(1.8L) * サラダ油(1.35kg)	●鮭の南蛮漬け * ピンクサーモン(骨なし・凍調)70g×5切 * 塩1kg * コシウ300g * 片栗粉1kg * サラダ油(長徳)(16.5kg) 玉葱(皮むき)／kg * きゅうり千切り500g そのまま食べられる野菜 * キャロットラペ500g だし汁(鰹) * 穀物酢(1.8L) * 濃口醤油(1.8L) * 上白糖1kg ●ニンニクの芽炒め * 豚肩小間肉(2mm)500g * おろし生にんにく1kg * 料理酒 1L * 濃口醤油(1.8L) * みりん風調味料 1L * サラダ油(1.35kg) * にんにくの芽(約5cmカット)500g * たまねぎ3mmスライス500g * 赤ピーマンスライス500g * たけのこ(麻竹千切)500g * 有塩マーガリン500g(マイクックG) * 塩1kg * コシウ300g ●キャベツとカニカマサラダ	●豚肉の生姜焼き * 豚肩スライス(1.8mm)4cmカット500g * たまねぎ3mmスライス500g * 料理酒 1L * 濃口醤油(1.8L) * みりん風調味料 1L * ごま油入り調合油1350g ●付け)レタス レタス(2)／kg 紫キャベツ/kg * 焙煎ごまドレッシング1L ●麻婆なす豆腐 * ソフトとうふ(約7g)1kg * 鶏・豚肉ミンチ500g * まめプラスミンチ(大豆たんぱく)1kg * 素揚げなす(1kg) * 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) 水 * 万能調味料 甘辛みそ(スチコン可)1L * おろし生にんにく1kg * おろし生しょうが1kg * ごま油入り調合油1350g ●パンブキンサラダ * パンブキンサラダ1kg * きゅうり輪切り500g そのまま食べられる野菜	●味噌焼肉 * 豚肩小間肉(2mm)500g * 濃口醤油(10L) * 料理酒 1L * おろし生にんにく1kg * おろし生しょうが1kg * たまねぎ短冊カット500g * 人参短冊切り(500g) * 黄ピーマンスライス500g にら/kg * 調合ごま油350g * 料理酒 1L * 上白糖1kg * みりん風調味料 1L * あわせみそ10kg * 濃口醤油(10L) ●野菜かきあげ 玉葱/kg * さつまいも(ダイス)1kg * 人参千切り500g * フィッシュソーセージ(70g×4本) * 塩1kg * 小麦粉(薄力)1kg 卵(L)(10個入)(670g)／P ベーキングパウダー(450g)／缶 * 塩1kg * サラダ油(長徳)(16.5kg) ●ゆし豆腐汁	120 6 5 1.2 1.2 60 25 15 1 3.6 9 5.4 10.8 8 5.4 10 30 10 7 10 0.2 20 15 15 0.02

献立表

野球部(A)

パーツ展開：無

2026年03月09日(月)	2026年03月10日(火)	2026年03月11日(水)	2026年03月12日(木)	2026年03月13日(金)	2026年03月14日(土)	2026年03月15日(日)
●ヨーグルト 固形ヨーグルト(60g)／個	* 片栗粉1kg 切りみつば(A)(50g)／束 ●パイ * 冷凍パイ乱切り500g	1 * チキンボール(15g×50個) 1 * 白ねぎ輪切り3mmスライス500g 中華スープ 48 * ごま油入り調合油1350g	45 ●鶏ささみと青菜のスープ春雨 5 * 春雨5cmカット(緑豆入り)500g 150 * 鶏ささみ筋なし500g(柔らか加工) 0.5 * チンゲン菜カット(500g)	キャベツ/kg * かにかま(粗ほぐしタイプ)500g(約35個) * ノンオイルドレッシングたまねぎ1L ●五目中華スープ	50 * マヨネーズ1kg 15 ●みそ汁 5 * ほうれん草(カット)1kg * 冬瓜1kg	3 ゆし豆腐(500g)／P 2 万能ねぎ/kg 20 * だしパック(食塩不使用)(50g×10袋) 30 * 塩1kg
		●ぶどう ぶどう(300g)／P	中華だし汁 50 * 料理酒 1L * うすくち醤油(1.8L) * 塩1kg * ねぎ(きざみ)500g * いらごま(白)200g ●たんかん タンカン(120g)／個	120 * 白菜1kg(IQF) 2 * 干し椎茸(スライス)500g 3 * 人参千切り500g 0.2 * 豚肩小間肉(2mm)500g 1 * ねぎ(きざみ)500g 0.2 中華だし汁 * うすくち醤油(1.8L) 78 * 塩1kg * 片栗粉1kg ●りんご りんご(ふじ)(220g)／個	20 * あわせみそ10kg 1 Q和風だし汁 15 ●バナナ 15 バナナ(120g-150g)／本 2 150 1 0.5 2 46.75	8 * 濃口醤油(10L) 150 ●キウイ 72 キウイフルーツ(120g)／個
1日計 エネルギー 4,167 kcal	エネルギー 4,268 kcal	エネルギー 4,542 kcal	エネルギー 4,048 kcal	エネルギー 4,301 kcal	エネルギー 4,171 kcal	エネルギー 4,340 kcal
たんぱく質 206.6 g	たんぱく質 184.3 g	たんぱく質 187.4 g	たんぱく質 200.4 g	たんぱく質 197.8 g	たんぱく質 180.1 g	たんぱく質 178.9 g
脂質 72.7 g	脂質 125.9 g	脂質 146.0 g	脂質 91.2 g	脂質 107.2 g	脂質 94.6 g	脂質 114.6 g
食塩相当量 12.2 g	食塩相当量 14.7 g	食塩相当量 16.0 g	食塩相当量 12.6 g	食塩相当量 14.0 g	食塩相当量 11.4 g	食塩相当量 16.1 g