

男子バレーボール部SG 部活後の補食提供

皆さん、こんにちは！
本日は、男子バレーボールSGの部活後の
補食提供（火・木に実施）について紹介します！

男子バレーSGで提供しているもの

- セリードリンク（りんご・ぶどう味）
- ヨーグルトドリンク
- ココアミルク
- 白玉だんご（きなこ・みたらし）
- チキンナゲット（アレーン・カレー味）
- 照り焼きチキンクレープ
- 肉まん

1 発注

必要な食材・調味料を計画的に発注します。

- ・選手の人数や在庫を確認し数や量を設定
- ・補食内容を確認し発注するものを設定



☆POINT

発注ミスが
無いよう
ダブルチェック！

2 納品

食材・調味料が納品され、品質や量を確認。

- ・数量や状態をしっかりチェック
- ・発注したものの通りに食材・調味料が
来ているかをチェック



☆POINT

細かいところまで
徹底チェック！

3 調理

提供時間に間に合うように調理します。

- ・衛生管理を徹底しスピーディに
- ・レシピを確認し、間違いがないように調理



☆POINT

サポートメンバーで
協力し、効率よく

4 提供

練習後すぐに選手へ補食を提供してます。

- ・選手からの「ありがとうございます」
「ごちそうさまでした」がやりがいに



☆POINT

選手一人一人と
コミュニケーション
をとる

平日の補食提供の流れ（例）



1週間前	12:00	16:00	19:00	19:30
発注	納品	調理	提供	片付け

※授業や部活と両立して活動を行っています！

学生の声

鈴木 葉月さん（スポーツ栄養学科 4年）

サポートグループに入りたての頃は、初めてのことで
かなり大変でした。しかし、色々経験していくうえで、
調理スキルの向上や、事務作業能力などにおいて、
成長することができました。

サポート活動を行っていて、自分たちが作った補食を
選手たちが食べて、試合で活躍する姿を見ることが
やりがいです。