

〇〇献立一覧表〇〇

2026年 2月

【農業大学校】

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
朝食	ご飯 味噌汁 赤魚の粕漬け ひじき煮 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 いわしの梅煮 五目大豆煮 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 玉子焼き 竹輪とキャベツ炒め 漬物 ヨーグルト	ロールパン オムレツ ベーコン ポテトサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 肉団子 マカロニサラダ 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 ハムステーキ もやしの炒め物 漬物 プリン	ご飯 味噌汁 コロケ 桜えびと青梗菜炒め 漬物 乳酸菌飲料
	エネルギー : 631 kcal 脂 質 : 6.1 g たんぱく質 : 25.0 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 651 kcal 脂 質 : 8.6 g たんぱく質 : 28.3 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 602 kcal 脂 質 : 7.3 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 524 kcal 脂 質 : 26.5 g たんぱく質 : 18.9 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 737 kcal 脂 質 : 16.3 g たんぱく質 : 21.4 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 647 kcal 脂 質 : 12.3 g たんぱく質 : 21.9 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 828 kcal 脂 質 : 23.8 g たんぱく質 : 22.7 g 塩 分 : 3.1 g
昼食	ご飯 味噌汁 豆腐のチャンプル れんこんのはさみ揚げ 菜の花と白菜のお浸し	いなり寿司 恵方巻 けんちん汁 鶏肉から揚げ	煮干しラーメン メンチカツ 蒸しパン	ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬け 金平ごぼう 小松菜ともやしの和え物	天津飯 白菜とひき肉の中華スープ ナムル	ご飯 味噌汁 鮭のタルタルソース焼き かぼちゃの甘煮 ハムとチンゲン菜の和え物	中華丼 卵スープ 揚げ物 デザート
	エネルギー : 1133 kcal 脂 質 : 59.6 g たんぱく質 : 31.3 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 1047 kcal 脂 質 : 28.2 g たんぱく質 : 36.0 g 塩 分 : 6.3 g	エネルギー : 595 kcal 脂 質 : 17.7 g たんぱく質 : 23.3 g 塩 分 : 4.0 g	エネルギー : 712 kcal 脂 質 : 14.0 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 548 kcal 脂 質 : 14.6 g たんぱく質 : 18.7 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 680 kcal 脂 質 : 14.7 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 837 kcal 脂 質 : 27.5 g たんぱく質 : 37.2 g 塩 分 : 4.1 g
夕食	ご飯 味噌汁 豚肉南蛮タルタルソースがけ ビーフン炒め レタスときゅうりのサラダ	ご飯 味噌汁 のり塩チキン なすのベーコン煮 五色なます	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 里芋の田楽 小松菜のピーナッツ和え	ご飯 味噌汁 豚のはちみつ生姜焼き じゃが芋のベーコン炒め 切干しょうゆ漬け	ご飯 味噌汁 鮭のトマト煮 野菜サラダ 揚げ物	ご飯 味噌汁 きのこ牛皿 ツナと冬瓜の煮物 温泉卵	ご飯 味噌汁 白身魚の香草パン粉焼き 蓮根きんぴら 白菜のお浸し
	エネルギー : 1082 kcal 脂 質 : 58.3 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 957 kcal 脂 質 : 37.5 g たんぱく質 : 39.6 g 塩 分 : 3.9 g	エネルギー : 753 kcal 脂 質 : 20.0 g たんぱく質 : 31.6 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 741 kcal 脂 質 : 18.9 g たんぱく質 : 27.5 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 761 kcal 脂 質 : 17.4 g たんぱく質 : 41.4 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 764 kcal 脂 質 : 26.3 g たんぱく質 : 26.4 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 624 kcal 脂 質 : 8.8 g たんぱく質 : 24.6 g 塩 分 : 3.2 g
成分値	＜一日合計＞ エネルギー : 2846 kcal 脂 質 : 124.0 g たんぱく質 : 78.7 g 塩 分 : 8.6 g	＜一日合計＞ エネルギー : 2655 kcal 脂 質 : 74.3 g たんぱく質 : 103.9 g 塩 分 : 13.6 g	＜一日合計＞ エネルギー : 1950 kcal 脂 質 : 45.0 g たんぱく質 : 74.6 g 塩 分 : 9.9 g	＜一日合計＞ エネルギー : 1977 kcal 脂 質 : 59.4 g たんぱく質 : 73.0 g 塩 分 : 9.5 g	＜一日合計＞ エネルギー : 2046 kcal 脂 質 : 48.3 g たんぱく質 : 81.5 g 塩 分 : 8.7 g	＜一日合計＞ エネルギー : 2091 kcal 脂 質 : 53.3 g たんぱく質 : 74.9 g 塩 分 : 8.5 g	＜一日合計＞ エネルギー : 2289 kcal 脂 質 : 60.1 g たんぱく質 : 84.5 g 塩 分 : 10.4 g

*都合により献立を変更することがあります。

2月3日は節分です！

節分に恵方の方角を向いて恵方巻を食べると、
その年1年の邪気を払い、福を呼び寄せるといわれています！！

