

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 4月

【農業大学校】

	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
朝食	ご飯 赤魚の塩麹焼き キャベツのソテー 漬物 味噌汁 ジョア	ご飯 玉子焼き じゃが芋のバジル炒め 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ロールパン スクランブルエッグ ウインナー スパゲティサラダ コーンスープ 乳酸菌飲料	ご飯 ハムカツ 菜の花の炒め物 漬物 味噌汁 ゼリー	ご飯 ほっけ塩焼き 切り干し大根の煮物 漬物 味噌汁 プリン	ご飯 ホタテ風味フライ じゃが芋のカレー金平 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 えび焼売 玉子ときくらげの炒め物 漬物 味噌汁 野菜ジュース
	エネルギー : 636 kcal 脂 質 : 5.8 g たんぱく質 : 26.2 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 699 kcal 脂 質 : 12.4 g たんぱく質 : 24.4 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 741 kcal 脂 質 : 39.9 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 4.3 g	エネルギー : 706 kcal 脂 質 : 16.2 g たんぱく質 : 20.2 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 709 kcal 脂 質 : 12.0 g たんぱく質 : 26.2 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 652 kcal 脂 質 : 6.3 g たんぱく質 : 22.5 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 630 kcal 脂 質 : 12.0 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 2.5 g
昼食	牛丼 温泉卵 和風温野菜サラダ すまし汁(えのき)	ご飯 鶏のマーマレード焼き 厚揚げのなめ茸がけ 白菜の辛子和え	焼きそば わかめスープ にら馒头 バームクーヘン	ご飯 鯖のカレームニエル チャプチェ キャベツの塩昆布和え 味噌汁	ドライカレー コンソメスープ かりぼり and え	ご飯 鯿の南部焼き 蓮根のポン酢炒め チンゲン菜のお浸し 味噌汁	ほうれん草のクリームパスタ かぼちゃサラダ ジュリエヌスープ ゼリー
	エネルギー : 862 kcal 脂 質 : 36.8 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 658 kcal 脂 質 : 15.5 g たんぱく質 : 23.9 g 塩 分 : 2.0 g	エネルギー : 700 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 701 kcal 脂 質 : 17.4 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 503 kcal 脂 質 : 14.1 g たんぱく質 : 16.9 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 629 kcal 脂 質 : 10.5 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 4.1 g	エネルギー : 718 kcal 脂 質 : 20.5 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 6.2 g
夕食	ご飯 豚肉の香草パン粉焼き ひじき煮 春菊のごま和え 味噌汁	ご飯 ほきの幽庵焼き 肉じゃが ほうれん草ともやしの生姜醤油和 味噌汁	ご飯 鶏のみそ焼き かぼちゃの甘煮 もやしの梅和え 味噌汁	ご飯 豚キムチ 春巻き 小松菜ナムル 味噌汁	ご飯 鶏の照り焼き 納豆和え ワカメの酢の物 味噌汁	ご飯 松風焼き 揚げだし豆腐 菜の花のマヨ和え 味噌汁	ご飯 鯿の更紗焼き ささみフライ おくらの塩昆布和え 味噌汁
	エネルギー : 607 kcal 脂 質 : 6.6 g たんぱく質 : 28.3 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 652 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 25.9 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 629 kcal 脂 質 : 9.0 g たんぱく質 : 25.4 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 948 kcal 脂 質 : 38.3 g たんぱく質 : 31.2 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 656 kcal 脂 質 : 10.7 g たんぱく質 : 28.7 g 塩 分 : 4.3 g	エネルギー : 824 kcal 脂 質 : 25.8 g たんぱく質 : 33.8 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 723 kcal 脂 質 : 14.7 g たんぱく質 : 40.4 g 塩 分 : 2.5 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2105 kcal 脂 質 : 49.2 g たんぱく質 : 81.4 g 塩 分 : 8.7 g	<一日合計> エネルギー : 2009 kcal 脂 質 : 39.5 g たんぱく質 : 74.2 g 塩 分 : 7.6 g	<一日合計> エネルギー : 2070 kcal 脂 質 : 60.5 g たんぱく質 : 72.0 g 塩 分 : 9.5 g	<一日合計> エネルギー : 2355 kcal 脂 質 : 71.9 g たんぱく質 : 77.0 g 塩 分 : 8.0 g	<一日合計> エネルギー : 1868 kcal 脂 質 : 36.8 g たんぱく質 : 71.8 g 塩 分 : 10.9 g	<一日合計> エネルギー : 2105 kcal 脂 質 : 42.6 g たんぱく質 : 82.9 g 塩 分 : 9.7 g	<一日合計> エネルギー : 2071 kcal 脂 質 : 45.7 g たんぱく質 : 87.0 g 塩 分 : 11.2 g

*都合により献立を変更することがあります。