

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 5月

〔農業大学校〕

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
朝食	ご飯 五目玉子焼き ハムと野菜のソテー 漬物 味噌汁 乳酸菌飲料	ご飯 ハンバーグ 菜の花の和え物 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ロールパン オムレツ ベーコン ごぼうサラダ コーンスープ 乳酸菌飲料	ご飯 ハムステーキ 白菜ソテー 漬物 味噌汁 野菜ジュース	ご飯 ほっけ塩焼き ほうれん草ともやしの磯部和え 漬物 味噌汁 ジョア	ご飯 青菜とベーコンの炒り卵 ポテトサラダ 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 サンマのかば焼き 小松菜とジャコのお浸し 漬物 味噌汁 ゼリー
	エネルギー : 619 kcal 脂 質 : 10.2 g たんぱく質 : 17.1 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 924 kcal 脂 質 : 31.8 g たんぱく質 : 37.3 g 塩 分 : 4.9 g	エネルギー : 588 kcal 脂 質 : 26.5 g たんぱく質 : 21.3 g 塩 分 : 4.6 g	エネルギー : 576 kcal 脂 質 : 6.7 g たんぱく質 : 19.1 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 586 kcal 脂 質 : 4.8 g たんぱく質 : 24.1 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 772 kcal 脂 質 : 22.3 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 758 kcal 脂 質 : 4.8 g たんぱく質 : 23.8 g 塩 分 : 2.1 g
昼食	麻婆ラーメン 中華クラゲと胡瓜の和え物 ミニエクレア	カレーライス コールスローサラダ コンソメスープ どら焼き(抹茶あん)	焼き鳥丼 かぼちゃサラダ すまし汁	ご飯 鰹のハニーマスタードソース ジャーマンポテト 春菊のごま和え 味噌汁	天津飯 海藻サラダ ワンタンスープ	ご飯 鮭のちゃんちゃん風 里芋の煮物 ブロッコリーとコーンの和え物 すまし汁	かき揚げうどん いなり寿司 今川焼き
	エネルギー : 546 kcal 脂 質 : 15.9 g たんぱく質 : 30.1 g 塩 分 : 4.9 g	エネルギー : 742 kcal 脂 質 : 14.3 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 681 kcal 脂 質 : 18.8 g たんぱく質 : 22.6 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 669 kcal 脂 質 : 13.8 g たんぱく質 : 27.4 g 塩 分 : 3.7 g	エネルギー : 683 kcal 脂 質 : 13.0 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 742 kcal 脂 質 : 13.8 g たんぱく質 : 28.6 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 831 kcal 脂 質 : 21.3 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 4.4 g
夕食	ご飯 さばのレモンペッパー焼き 肉詰めいなりの煮物 白菜のゆず和え 味噌汁	ご飯 ホキのタルタルソース焼き ブロッコリーのドレッシング和え こんにゃくとさつま揚げの七味炒 味噌汁	ご飯 レバニラ れんこんのはさみ揚げ 青菜のピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 豚肉の七味焼き なすのベーコン煮 もやしとおくらのお浸し 味噌汁	ご飯 タンドリーチキン 野菜サラダ ひじき煮 味噌汁	ご飯 豚のはちみつ生姜焼き 厚揚げの煮物 カリフラワーとツナのサラダ 味噌汁	ご飯 鶏の南蛮漬け 切り干しペペロンチーニ レタスときゅうりのサラダ 味噌汁
	エネルギー : 693 kcal 脂 質 : 19.7 g たんぱく質 : 25.2 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 644 kcal 脂 質 : 14.2 g たんぱく質 : 25.5 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 875 kcal 脂 質 : 25.3 g たんぱく質 : 33.5 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 702 kcal 脂 質 : 18.5 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 742 kcal 脂 質 : 21.6 g たんぱく質 : 25.3 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 710 kcal 脂 質 : 19.4 g たんぱく質 : 29.1 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 769 kcal 脂 質 : 21.6 g たんぱく質 : 24.0 g 塩 分 : 4.0 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 1858 kcal 脂 質 : 45.8 g たんぱく質 : 72.4 g 塩 分 : 10.5 g	<一日合計> エネルギー : 2310 kcal 脂 質 : 60.3 g たんぱく質 : 82.5 g 塩 分 : 11.3 g	<一日合計> エネルギー : 2144 kcal 脂 質 : 70.6 g たんぱく質 : 77.4 g 塩 分 : 11.2 g	<一日合計> エネルギー : 1947 kcal 脂 質 : 39.0 g たんぱく質 : 73.4 g 塩 分 : 10.1 g	<一日合計> エネルギー : 2011 kcal 脂 質 : 39.4 g たんぱく質 : 76.3 g 塩 分 : 8.9 g	<一日合計> エネルギー : 2224 kcal 脂 質 : 55.5 g たんぱく質 : 83.3 g 塩 分 : 9.0 g	<一日合計> エネルギー : 2358 kcal 脂 質 : 67.0 g たんぱく質 : 69.0 g 塩 分 : 10.5 g

*都合により献立を変更することがあります。