

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 6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 豆腐のハンバーグ ちくわの炒り煮 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 はんぺんチーズフライ ソーセージと野菜炒め 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 鶏つくねの照り焼き ひじき煮 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ハムステーキ 菜の花の磯部和え 漬物 ジョア	ロールパン ミルクスープ スクランブルエッグ ベーコン ごぼうサラダ プリン	ご飯 味噌汁 さわら西京漬け 小松菜の煮びたし 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 玉子焼き きんぴらごぼう 漬物 ジョア
	エネルギー : 747 kcal 脂 質 : 14.2 g たんぱく質 : 31.9 g 塩 分 : 5.0 g	エネルギー : 719 kcal 脂 質 : 17.2 g たんぱく質 : 21.3 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 740 kcal 脂 質 : 15.9 g たんぱく質 : 26.7 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 588 kcal 脂 質 : 4.5 g たんぱく質 : 22.9 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 567 kcal 脂 質 : 28.2 g たんぱく質 : 22.2 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 614 kcal 脂 質 : 8.5 g たんぱく質 : 24.5 g 塩 分 : 1.7 g	エネルギー : 687 kcal 脂 質 : 11.9 g たんぱく質 : 19.6 g 塩 分 : 2.7 g
昼食	鶏ひき肉のピリ辛親子丼 中華スープ 青梗菜ともやしの塩昆布和え 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁 鯖の竜田揚げ甘辛だれ すき昆布の煮物 春菊のごま和え	牛丼 すまし汁 野菜サラダ シュークリーム	かつカレー コンソメスープ ブロッコリーのドレッシング和え バーンクーヘン	台湾風混ぜそば わかめスープ ささみフライ	鶏のチリマヨ丼 すまし汁 マカロニサラダ パイン	ご飯 コンソメスープ 白身魚のムニエル(バター醤油) ナポリタン 大根とハムのマリネサラダ
	エネルギー : 747 kcal 脂 質 : 19.5 g たんぱく質 : 34.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 700 kcal 脂 質 : 19.0 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 798 kcal 脂 質 : 27.8 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 4.0 g	エネルギー : 680 kcal 脂 質 : 24.1 g たんぱく質 : 24.0 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 702 kcal 脂 質 : 28.4 g たんぱく質 : 44.8 g 塩 分 : 5.3 g	エネルギー : 780 kcal 脂 質 : 26.6 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 650 kcal 脂 質 : 12.7 g たんぱく質 : 25.3 g 塩 分 : 2.8 g
夕食	ご飯 味噌汁 赤魚のレモンペッパー焼き じゃが芋のベーコン炒め 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 豚の味噌漬け焼き 蓮根きんぴら 白菜の梅和え	ご飯 味噌汁 鮭のチーズ焼き きのこソテー 小松菜の和え物	ご飯 味噌汁 チンジャオロース風 シュウマイ ほうれん草のナムル	ご飯 味噌汁 鰯の南部焼き 肉じゃが オクラの胡麻和え	ご飯 味噌汁 豚肉のニンニクバター炒め がんもどきと根菜の含め煮 ワカメの酢の物	ご飯 味噌汁 若鶏のトマト煮 アスパラソテー カリフラワーサラダ
	エネルギー : 810 kcal 脂 質 : 22.3 g たんぱく質 : 29.2 g 塩 分 : 3.8 g	エネルギー : 718 kcal 脂 質 : 19.5 g たんぱく質 : 22.0 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 594 kcal 脂 質 : 8.7 g たんぱく質 : 28.4 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 754 kcal 脂 質 : 20.9 g たんぱく質 : 31.5 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 706 kcal 脂 質 : 15.4 g たんぱく質 : 27.6 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 725 kcal 脂 質 : 19.3 g たんぱく質 : 28.7 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 682 kcal 脂 質 : 11.1 g たんぱく質 : 32.9 g 塩 分 : 3.5 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2304 kcal 脂 質 : 56.0 g たんぱく質 : 96.0 g 塩 分 : 12.3 g	<一日合計> エネルギー : 2137 kcal 脂 質 : 55.7 g たんぱく質 : 68.9 g 塩 分 : 9.4 g	<一日合計> エネルギー : 2132 kcal 脂 質 : 52.4 g たんぱく質 : 74.8 g 塩 分 : 9.6 g	<一日合計> エネルギー : 2022 kcal 脂 質 : 49.5 g たんぱく質 : 78.4 g 塩 分 : 8.6 g	<一日合計> エネルギー : 1975 kcal 脂 質 : 72.0 g たんぱく質 : 94.6 g 塩 分 : 11.8 g	<一日合計> エネルギー : 2119 kcal 脂 質 : 54.4 g たんぱく質 : 75.6 g 塩 分 : 7.3 g	<一日合計> エネルギー : 2019 kcal 脂 質 : 35.7 g たんぱく質 : 77.8 g 塩 分 : 9.0 g

*都合により献立を変更することがあります。