

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 7月

〔農業大学校〕

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝食	ご飯 味噌汁 メンチカツ 白菜とさつま揚げの炒り煮 漬物 ヨーグルト	ロールパン 2個 コンスープ オムレツ ウインナー ポテトサラダ プリン	ご飯 味噌汁 赤魚の粕漬け もやしの炒め物 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	ご飯 味噌汁 肉団子 魚肉ソーセージと野菜炒め 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 さわら西京漬け ツナ入り炒り豆腐 漬物 ゼリー	ご飯 味噌汁 ハムカツ 切干大根煮 漬物 ジョア
	エネルギー : 831 kcal 脂 質 : 25.0 g たんぱく質 : 26.8 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 790 kcal 脂 質 : 47.7 g たんぱく質 : 26.8 g 塩 分 : 4.9 g	エネルギー : 605 kcal 脂 質 : 6.7 g たんぱく質 : 23.5 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 694 kcal 脂 質 : 12.6 g たんぱく質 : 20.8 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 671 kcal 脂 質 : 10.6 g たんぱく質 : 21.8 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 661 kcal 脂 質 : 12.5 g たんぱく質 : 28.1 g 塩 分 : 1.7 g	エネルギー : 767 kcal 脂 質 : 18.3 g たんぱく質 : 22.0 g 塩 分 : 2.9 g
昼食	ロコモコ丼 コンソメスープ シュークリーム	冷やし中華 ささみフライ バームクーヘン	ご飯 味噌汁 鶏の梅しそ焼き ポテトフライ 小松菜の海苔和え	たぬきそば ささみフライ 蒸しパン	うな井 すまし汁 きゅうりの酢の物	天津飯 中華スープ 春雨の酢の物 デザート	ご飯 わかめスープ チーズタッカルビ風 根菜と大豆の五目煮 小松菜ナムル
	エネルギー : 1002 kcal 脂 質 : 30.1 g たんぱく質 : 30.7 g 塩 分 : 4.0 g	エネルギー : 642 kcal 脂 質 : 19.4 g たんぱく質 : 34.2 g 塩 分 : 4.2 g	エネルギー : 695 kcal 脂 質 : 17.3 g たんぱく質 : 22.6 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 683 kcal 脂 質 : 18.2 g たんぱく質 : 34.1 g 塩 分 : 4.5 g	エネルギー : 590 kcal 脂 質 : 20.7 g たんぱく質 : 27.5 g 塩 分 : 4.1 g	エネルギー : 650 kcal 脂 質 : 15.8 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 3.8 g	エネルギー : 735 kcal 脂 質 : 20.6 g たんぱく質 : 28.1 g 塩 分 : 3.7 g
夕食	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き ふろふき大根 ほうれん草のお浸し	ご飯 味噌汁 鮭のチーズ焼き チャブチェ 青菜のツナ和え	ご飯 味噌汁 豆腐のチャンプルー とうがんのかにかまあんかけ ほうれん草ともやしのおかか和え	ご飯 味噌汁 豚の生姜焼き 揚げ茄子の生姜あんかけ もずくの酢の物	ご飯 味噌汁 鶏のおろしタレかけ たけのこの土佐煮 もやしの梅和え	ご飯 味噌汁 豚肉と茄子の味噌炒め さつまいものバター焼き ハムとテンゲン菜の和え物	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き しゃぶしゃぶサラダ 蓮根のポン酢炒め
	エネルギー : 702 kcal 脂 質 : 15.9 g たんぱく質 : 25.2 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 698 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 33.2 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 900 kcal 脂 質 : 43.6 g たんぱく質 : 24.7 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 717 kcal 脂 質 : 22.7 g たんぱく質 : 22.0 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 641 kcal 脂 質 : 11.3 g たんぱく質 : 21.7 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 760 kcal 脂 質 : 17.9 g たんぱく質 : 27.9 g 塩 分 : 2.1 g	エネルギー : 720 kcal 脂 質 : 19.1 g たんぱく質 : 32.3 g 塩 分 : 3.4 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2535 kcal 脂 質 : 71.0 g たんぱく質 : 82.7 g 塩 分 : 10.9 g	<一日合計> エネルギー : 2130 kcal 脂 質 : 78.7 g たんぱく質 : 94.2 g 塩 分 : 11.8 g	<一日合計> エネルギー : 2200 kcal 脂 質 : 67.6 g たんぱく質 : 70.8 g 塩 分 : 8.2 g	<一日合計> エネルギー : 2094 kcal 脂 質 : 53.5 g たんぱく質 : 76.9 g 塩 分 : 9.6 g	<一日合計> エネルギー : 1902 kcal 脂 質 : 42.6 g たんぱく質 : 71.0 g 塩 分 : 9.8 g	<一日合計> エネルギー : 2071 kcal 脂 質 : 46.2 g たんぱく質 : 78.3 g 塩 分 : 7.6 g	<一日合計> エネルギー : 2222 kcal 脂 質 : 58.0 g たんぱく質 : 82.4 g 塩 分 : 10.0 g

*都合により献立を変更することがあります。