

〇〇 献立一覧表 〇〇

2025年 10月

〔農業大学校〕

	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ご飯 味噌汁 さわら西京漬け すき昆布の煮物 漬物 ゼリー	ロールパン コーンスープ スクランブルエッグ ウインナー ポテトサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 ミニチキン 魚肉ソーセージと野菜炒め 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 目玉焼き ソーセージと野菜炒め 漬物 ジョア	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 ハンバーグ ごぼうサラダ 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 メンチカツ 彩り野菜の白和え 漬物 野菜ジュース
	エネルギー : 636 kcal 脂 質 : 9.6 g たんぱく質 : 25.2 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 752 kcal 脂 質 : 43.5 g たんぱく質 : 27.0 g 塩 分 : 4.6 g	エネルギー : 653 kcal 脂 質 : 9.7 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 705 kcal 脂 質 : 18.5 g たんぱく質 : 21.3 g 塩 分 : 2.9 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 : 697 kcal 脂 質 : 12.9 g たんぱく質 : 20.3 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 753 kcal 脂 質 : 16.8 g たんぱく質 : 21.6 g 塩 分 : 3.3 g
昼食	ジャンゴ風パスタ わかめスープ ミニエクレア	チャーハン 中華スープ エビチリ 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 豚の味噌漬け焼き なすのはさみ揚げ 白菜の梅和え	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き ごぼうの炒り煮 キャベツの塩昆布和え	鶏南蛮そば 天ぷら2種 デザート	ご飯 味噌汁 ほっけの山椒焼き 厚揚げのおくらがけ もやしの生姜和え	焼きそば 白菜とあさりのスープ ドームケーキ
	エネルギー : 873 kcal 脂 質 : 37.9 g たんぱく質 : 36.7 g 塩 分 : 5.2 g	エネルギー : 898 kcal 脂 質 : 25.2 g たんぱく質 : 37.8 g 塩 分 : 6.5 g	エネルギー : 906 kcal 脂 質 : 35.4 g たんぱく質 : 30.9 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 646 kcal 脂 質 : 11.2 g たんぱく質 : 25.3 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 631 kcal 脂 質 : 20.8 g たんぱく質 : 26.7 g 塩 分 : 1.9 g	エネルギー : 588 kcal 脂 質 : 8.7 g たんぱく質 : 25.9 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 480 kcal 脂 質 : 12.6 g たんぱく質 : 24.5 g 塩 分 : 2.8 g
夕食	ご飯 味噌汁 鶏の山賊焼き さつまいものバター焼き ブロッコリーのドレッシング和え	ご飯 味噌汁 豚肉のニンニクバター炒め ふろふき大根 白菜とツナのサラダ	ご飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん風 じゃが芋のそぼろ煮 もやしのポン酢和え	ご飯 味噌汁 たらこのタルタルソース焼き 揚げ物 菜の花の磯部和え	ご飯 味噌汁 牛肉の柳川風 揚げ茄子の生姜あんかけ きゅうりとワカメの酢の物	ご飯 味噌汁 ポークビーンズ イカとジャガイモのガリバタ炒め 青菜のツナ和え	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 : 749 kcal 脂 質 : 16.7 g たんぱく質 : 23.6 g 塩 分 : 2.0 g	エネルギー : 811 kcal 脂 質 : 24.6 g たんぱく質 : 28.6 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 740 kcal 脂 質 : 17.2 g たんぱく質 : 28.4 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 830 kcal 脂 質 : 27.2 g たんぱく質 : 33.1 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 819 kcal 脂 質 : 27.7 g たんぱく質 : 28.4 g 塩 分 : 4.4 g	エネルギー : 673 kcal 脂 質 : 12.5 g たんぱく質 : 26.1 g 塩 分 : 3.8 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 : 2258 kcal 脂 質 : 64.2 g たんぱく質 : 85.5 g 塩 分 : 9.5 g	<一日合計> エネルギー : 2461 kcal 脂 質 : 93.3 g たんぱく質 : 93.4 g 塩 分 : 14.7 g	<一日合計> エネルギー : 2299 kcal 脂 質 : 62.3 g たんぱく質 : 82.9 g 塩 分 : 8.2 g	<一日合計> エネルギー : 2181 kcal 脂 質 : 56.9 g たんぱく質 : 79.7 g 塩 分 : 8.7 g	<一日合計> エネルギー : 2055 kcal 脂 質 : 55.2 g たんぱく質 : 78.6 g 塩 分 : 8.7 g	<一日合計> エネルギー : 1958 kcal 脂 質 : 34.1 g たんぱく質 : 72.3 g 塩 分 : 9.4 g	<一日合計> エネルギー : 1953 kcal 脂 質 : 48.5 g たんぱく質 : 78.4 g 塩 分 : 9.5 g

*都合により献立を変更することがあります。