

〇〇 献立一覧表 〇〇

2026年 5月

[農業大学校]

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
朝食	ご飯 えび焼売 キャベツとツナ炒め 漬物 味噌汁 野菜ジュース	ご飯 あんかけ玉子焼き ひじき豆 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ロールパン オムレツ ベーコン スパゲティサラダ 野菜スープ 乳酸菌飲料	ご飯 ハムカツ もやしの炒め物 漬物 味噌汁 ゼリー	ご飯 ハンバーグ ごぼうサラダ 漬物 味噌汁 乳酸菌飲料	ご飯 ミニチキン ほうれん草のバターソテー 漬物 味噌汁 ジョア	ご飯 アジフライ 菜の花のおかか和え 漬物 味噌汁 プリン
	エネルギー : 623 kcal 脂 質 : 9.0 g たんぱく質 : 16.3 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 612 kcal 脂 質 : 9.2 g たんぱく質 : 18.8 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 542 kcal 脂 質 : 25.3 g たんぱく質 : 18.8 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 734 kcal 脂 質 : 19.2 g たんぱく質 : 21.1 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 943 kcal 脂 質 : 34.6 g たんぱく質 : 31.8 g 塩 分 : 3.8 g	エネルギー : 668 kcal 脂 質 : 11.1 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 734 kcal 脂 質 : 16.5 g たんぱく質 : 27.0 g 塩 分 : 2.4 g
昼食	ご飯 鶏のトマト煮 ポテトフライ&イカリング 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁	カレーうどん 厚揚げのチーズサラダ パパロア~オレンジソース~	ご飯 鶏のごまがらめ 大根サラダ 蓮根のポン酢炒め 味噌汁	ご飯 豚塩カルビ れんこんのはさみ揚げ 切干大根の胡麻酢和え 味噌汁	たけのご飯 アジの味噌焼き 小松菜の和え物 すいとん	タンメン なら饅頭 デザート	ご飯 豚肉の香草パン粉焼き 切干大根煮 白菜の梅和え 味噌汁
	エネルギー : 776 kcal 脂 質 : 18.1 g たんぱく質 : 41.7 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 671 kcal 脂 質 : 26.2 g たんぱく質 : 27.8 g 塩 分 : 5.3 g	エネルギー : 715 kcal 脂 質 : 20.2 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 1057 kcal 脂 質 : 47.6 g たんぱく質 : 30.7 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 433 kcal 脂 質 : 9.1 g たんぱく質 : 24.5 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 724 kcal 脂 質 : 23.7 g たんぱく質 : 36.7 g 塩 分 : 8.4 g	エネルギー : 630 kcal 脂 質 : 7.2 g たんぱく質 : 30.0 g 塩 分 : 3.0 g
夕食	ご飯 ほっけの甘辛揚げ 豆苗と桜えびの炒め物 菜の花の辛子和え 味噌汁	ご飯 豚の生姜焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁	ご飯 白身魚の幽庵焼き ぜんまいの煮物 もやしの生姜和え 味噌汁	ご飯 カレイのしそチーズ焼き 卵豆腐 ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め 大学芋 ブロッコリーの青しそ和え 味噌汁	ご飯 さばの立田揚げ ビーフン炒め 白菜のゆずポン酢和え 味噌汁	ご飯 牛肉とたけのこの黒胡椒炒め 揚げ物 小松菜のゴママヨ和え 味噌汁
	エネルギー : 607 kcal 脂 質 : 10.4 g たんぱく質 : 23.0 g 塩 分 : 1.9 g	エネルギー : 711 kcal 脂 質 : 13.2 g たんぱく質 : 25.5 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 549 kcal 脂 質 : 5.2 g たんぱく質 : 22.0 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 789 kcal 脂 質 : 21.9 g たんぱく質 : 34.9 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 670 kcal 脂 質 : 13.3 g たんぱく質 : 25.0 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 742 kcal 脂 質 : 21.5 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 838 kcal 脂 質 : 28.3 g たんぱく質 : 32.5 g 塩 分 : 2.3 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2006 kcal 脂 質 : 37.5 g たんぱく質 : 81.0 g 塩 分 : 7.3 g	<一日合計> エネルギー : 1994 kcal 脂 質 : 48.6 g たんぱく質 : 72.1 g 塩 分 : 11.3 g	<一日合計> エネルギー : 1806 kcal 脂 質 : 50.7 g たんぱく質 : 63.1 g 塩 分 : 8.5 g	<一日合計> エネルギー : 2580 kcal 脂 質 : 88.7 g たんぱく質 : 86.7 g 塩 分 : 8.9 g	<一日合計> エネルギー : 2046 kcal 脂 質 : 57.0 g たんぱく質 : 81.3 g 塩 分 : 9.7 g	<一日合計> エネルギー : 2134 kcal 脂 質 : 56.3 g たんぱく質 : 84.7 g 塩 分 : 14.2 g	<一日合計> エネルギー : 2202 kcal 脂 質 : 52.0 g たんぱく質 : 89.5 g 塩 分 : 7.7 g

*都合により献立を変更することがあります。