

〇〇献立一覧表〇〇

2026年 7月27日(月)～8月2日(日)

[農業大学校]

	7/27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	8/1(土)	2(日)
朝食	ご飯 味噌汁 玉子焼き もやしの炒め物 漬物 野菜ジュース	ご飯 味噌汁 赤魚の粕漬け ごぼうサラダ 漬物 乳酸菌飲料	ロールパン 野菜スープ オムレツ ウインナー ポテトサラダ ジョア	ご飯 味噌汁 ハムステーキ 彩り野菜の白和え 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 さば塩焼き 金平ごぼう 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 えび焼売 ソーセージと野菜炒め 漬物 ゼリー	ご飯 味噌汁 ミニチキン 白菜と桜エビ炒め 漬物 ヨーグルト
	エネルギー : 592 kcal 脂 質 : 9.1 g たんぱく質 : 17.6 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 636 kcal 脂 質 : 7.7 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 1.9 g	エネルギー : 652 kcal 脂 質 : 37.6 g たんぱく質 : 25.1 g 塩 分 : 3.7 g	エネルギー : 607 kcal 脂 質 : 6.4 g たんぱく質 : 24.5 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 654 kcal 脂 質 : 10.6 g たんぱく質 : 22.9 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 665 kcal 脂 質 : 13.0 g たんぱく質 : 18.0 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 638 kcal 脂 質 : 9.7 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 2.6 g
昼食	塩レモン焼きそば わかめスープ メンチカツ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 ポークピカタ ポテトとベーコンのチーズ焼き 青菜のおかか和え	焼き鳥丼 豚汁 もやしとメンマの炒め物	ご飯 味噌汁 鯿の南部焼き 肉じゃが マカロニサラダ	かつカレー コンソメスープ 揚げワントンサラダ	ぶっかけ梅うどん 天ぷら(とり天) デザート	ご飯 味噌汁 鱈の更紗焼き 里芋の煮物 キャベツとオクラのボン酢和え
	エネルギー : 595 kcal 脂 質 : 21.4 g たんぱく質 : 23.1 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 769 kcal 脂 質 : 25.3 g たんぱく質 : 28.1 g 塩 分 : 2.5 g	エネルギー : 764 kcal 脂 質 : 23.0 g たんぱく質 : 33.0 g 塩 分 : 4.2 g	エネルギー : 761 kcal 脂 質 : 20.4 g たんぱく質 : 27.9 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 589 kcal 脂 質 : 23.3 g たんぱく質 : 20.0 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 587 kcal 脂 質 : 8.1 g たんぱく質 : 32.5 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 641 kcal 脂 質 : 6.5 g たんぱく質 : 22.9 g 塩 分 : 2.5 g
夕食	ご飯 味噌汁 鶏のマーマレード焼き キャベツのソテー 海藻サラダ	ご飯 味噌汁 牛肉の焼肉風 春巻き 春菊のお浸し	ご飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん風 かぼちゃの煮物 白菜とツナのサラダ	ご飯 味噌汁 豚のはちみつ生姜焼き 揚げだし豆腐 ブロッコリーのドレッシング和え	ご飯 味噌汁 スパニッシュオムレツ ひじきと小松菜のマヨサラダ エリンギと蒟蒻の炒めもの	ご飯 味噌汁 鶏肉から揚げ ほうれん草のバターソテー スパゲティサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 大根のごま味噌煮 菜の花の和え物
	エネルギー : 628 kcal 脂 質 : 11.7 g たんぱく質 : 24.8 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 925 kcal 脂 質 : 35.7 g たんぱく質 : 29.1 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 767 kcal 脂 質 : 18.7 g たんぱく質 : 25.2 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 813 kcal 脂 質 : 24.9 g たんぱく質 : 32.1 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 698 kcal 脂 質 : 19.2 g たんぱく質 : 21.9 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 848 kcal 脂 質 : 27.8 g たんぱく質 : 28.7 g 塩 分 : 4.2 g	エネルギー : 876 kcal 脂 質 : 34.3 g たんぱく質 : 24.8 g 塩 分 : 5.6 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 1815 kcal 脂 質 : 42.2 g たんぱく質 : 65.5 g 塩 分 : 9.2 g	<一日合計> エネルギー : 2330 kcal 脂 質 : 68.7 g たんぱく質 : 79.6 g 塩 分 : 7.4 g	<一日合計> エネルギー : 2183 kcal 脂 質 : 79.3 g たんぱく質 : 83.3 g 塩 分 : 10.6 g	<一日合計> エネルギー : 2181 kcal 脂 質 : 51.7 g たんぱく質 : 84.5 g 塩 分 : 9.4 g	<一日合計> エネルギー : 1941 kcal 脂 質 : 53.1 g たんぱく質 : 64.8 g 塩 分 : 9.7 g	<一日合計> エネルギー : 2100 kcal 脂 質 : 48.9 g たんぱく質 : 79.2 g 塩 分 : 11.0 g	<一日合計> エネルギー : 2155 kcal 脂 質 : 50.5 g たんぱく質 : 70.0 g 塩 分 : 10.7 g

*都合により献立を変更することがあります。