

献立一覧表

2026年 8月

〔農業大学校〕

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ハンバーグ もやしの三色炒め 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 コンビネーションオムレツ ソーセージと野菜炒め 漬物 ヨーグルト	ロールパン コンソメスープ あんかけ玉子 ベーコン マカロニサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 シイラの粕漬け 菜の花のゴマ和え 漬物 ゼリー	ご飯 味噌汁 ミニチキン きんぴらごぼう 漬物 ジョア		ご飯 味噌汁 玉子焼き 切干大根煮 漬物 ヨーグルト
	エネルギー : 773 kcal 脂 質 : 20.6 g たんぱく質 : 27.8 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 787 kcal 脂 質 : 22.9 g たんぱく質 : 27.3 g 塩 分 : 4.0 g	エネルギー : 571 kcal 脂 質 : 25.5 g たんぱく質 : 21.0 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 592 kcal 脂 質 : 3.5 g たんぱく質 : 27.2 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 733 kcal 脂 質 : 15.0 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 2.9 g		エネルギー : 638 kcal 脂 質 : 8.1 g たんぱく質 : 21.5 g 塩 分 : 3.0 g
昼食	親子丼 すまし汁 オクラとかつお節の冷奴 デザート	ご飯 味噌汁 塩から揚げ こんにゃくとさつま揚げの七味炒 白菜ともやしのお浸し	きつねうどん ささみフライ デザート	オムライス わかめスープ えびフライ レタスときゅうりのサラダ			鶏のチリマヨ丼 キャベツとあさりのスープ デザート
	エネルギー : 530 kcal 脂 質 : 10.8 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 699 kcal 脂 質 : 16.7 g たんぱく質 : 25.2 g 塩 分 : 4.0 g	エネルギー : 534 kcal 脂 質 : 15.7 g たんぱく質 : 29.4 g 塩 分 : 5.2 g	エネルギー : 661 kcal 脂 質 : 25.9 g たんぱく質 : 33.7 g 塩 分 : 5.8 g			エネルギー : 741 kcal 脂 質 : 23.8 g たんぱく質 : 21.2 g 塩 分 : 1.3 g
夕食	ご飯 味噌汁 たらのチリソースかけ 青梗菜とベーコンソテー ブロッコリーと蒸し鶏のサラダ	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き じゃが芋のバジル炒め 菜の花の和え物	ご飯 味噌汁 鶏肉の味噌ヨーグルト漬け とうもろこしの香ばし揚げ 白菜の梅和え	ご飯 味噌汁 豚の生姜焼き チャプチェ ポテトサラダ			ご飯 味噌汁 回鍋肉 肉焼売 青菜のなめたけ和え
	エネルギー : 705 kcal 脂 質 : 15.1 g たんぱく質 : 28.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 737 kcal 脂 質 : 18.6 g たんぱく質 : 31.3 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 738 kcal 脂 質 : 19.5 g たんぱく質 : 27.0 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 850 kcal 脂 質 : 29.1 g たんぱく質 : 29.1 g 塩 分 : 2.8 g			エネルギー : 697 kcal 脂 質 : 16.4 g たんぱく質 : 26.9 g 塩 分 : 3.0 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2008 kcal 脂 質 : 46.5 g たんぱく質 : 83.3 g 塩 分 : 10.4 g	<一日合計> エネルギー : 2223 kcal 脂 質 : 58.2 g たんぱく質 : 83.8 g 塩 分 : 11.4 g	<一日合計> エネルギー : 1843 kcal 脂 質 : 60.7 g たんぱく質 : 77.4 g 塩 分 : 11.7 g	<一日合計> エネルギー : 2103 kcal 脂 質 : 58.5 g たんぱく質 : 90.0 g 塩 分 : 10.8 g	<一日合計> エネルギー : 733 kcal 脂 質 : 15.0 g たんぱく質 : 22.4 g 塩 分 : 2.9 g		<一日合計> エネルギー : 2076 kcal 脂 質 : 48.3 g たんぱく質 : 69.6 g 塩 分 : 7.3 g

*都合により献立を変更することがあります。