

献立一覧表

2026年 8月

[農業大学校]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝食	ご飯 味噌汁 玉子焼き アスパラソテー 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 さわら西京漬け 厚揚げと小松菜の炒め物 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 ベーコン ごぼうサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 ミニチキン 白菜とさつま揚げの炒り煮 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 さば塩焼き 野菜炒め 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 ハンバーグ マカロニサラダ 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 アジフライ 金平ごぼう 漬物 ジョア
	エネルギー : 619 kcal 脂 質 : 8.0 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 686 kcal 脂 質 : 14.0 g たんぱく質 : 28.8 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 537 kcal 脂 質 : 23.4 g たんぱく質 : 21.0 g 塩 分 : 3.9 g	エネルギー : 665 kcal 脂 質 : 10.1 g たんぱく質 : 22.8 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 680 kcal 脂 質 : 13.2 g たんぱく質 : 24.1 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 933 kcal 脂 質 : 32.4 g たんぱく質 : 31.5 g 塩 分 : 3.7 g	エネルギー : 727 kcal 脂 質 : 12.9 g たんぱく質 : 27.5 g 塩 分 : 3.1 g
昼食	ご飯 味噌汁 タラのレモンペッパー焼き さつまいも煮物 青梗菜ともやしの生姜和え	山かけそば はんぺんチーズフライ クレープ(いちご)	ご飯 味噌汁 タンドリーチキン ビーフン炒め ほうれん草のピーナッツ和え	天津飯 水餃子スープ 牛乳プリン	地獄ラーメン いなり寿司 パームクーヘン	豚丼 味噌汁 バンバンジー風和え物 デザート	甘酢唐揚げの温玉丼 味噌汁 和風温野菜サラダ
	エネルギー : 607 kcal 脂 質 : 4.2 g たんぱく質 : 20.8 g 塩 分 : 2.1 g	エネルギー : 553 kcal 脂 質 : 16.5 g たんぱく質 : 22.1 g 塩 分 : 4.1 g	エネルギー : 633 kcal 脂 質 : 9.2 g たんぱく質 : 27.3 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 784 kcal 脂 質 : 19.6 g たんぱく質 : 27.1 g 塩 分 : 3.7 g	エネルギー : 836 kcal 脂 質 : 16.3 g たんぱく質 : 27.5 g 塩 分 : 5.5 g	エネルギー : 1120 kcal 脂 質 : 52.7 g たんぱく質 : 31.4 g 塩 分 : 2.1 g	エネルギー : 612 kcal 脂 質 : 25.6 g たんぱく質 : 29.8 g 塩 分 : 3.4 g
夕食	ご飯 味噌汁 鶏のごま焼き ひじき煮 キャベツときゅうりの塩昆布和え	ご飯 味噌汁 豚肉のニンニクバター炒め 肉詰めいなりの煮物 菜の花のお浸し	ご飯 味噌汁 赤魚の塩麹焼き 和風スパサダ 蓮根のはさみ揚げ	ご飯 味噌汁 鮭のコーンマヨ焼き きのこ入りきんぴら ワカメともやしの中華サラダ	ご飯 味噌汁 豚と野菜のオイスター炒め 筍の土佐煮 白菜の磯部和え	ご飯 味噌汁 マグロカツ かぼちゃサラダ 小松菜とハム炒め	ご飯 味噌汁 若鶏のトマト煮 じゃが芋のベーコン炒め カリフラワーサラダ
	エネルギー : 708 kcal 脂 質 : 16.9 g たんぱく質 : 25.4 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 737 kcal 脂 質 : 19.9 g たんぱく質 : 28.0 g 塩 分 : 2.2 g	エネルギー : 846 kcal 脂 質 : 22.9 g たんぱく質 : 31.9 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 666 kcal 脂 質 : 14.5 g たんぱく質 : 27.3 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 639 kcal 脂 質 : 14.4 g たんぱく質 : 23.5 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 806 kcal 脂 質 : 22.9 g たんぱく質 : 29.1 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 760 kcal 脂 質 : 15.4 g たんぱく質 : 34.2 g 塩 分 : 3.6 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 1934 kcal 脂 質 : 29.1 g たんぱく質 : 68.5 g 塩 分 : 8.4 g	<一日合計> エネルギー : 1976 kcal 脂 質 : 50.4 g たんぱく質 : 78.9 g 塩 分 : 8.5 g	<一日合計> エネルギー : 2016 kcal 脂 質 : 55.5 g たんぱく質 : 80.2 g 塩 分 : 8.8 g	<一日合計> エネルギー : 2115 kcal 脂 質 : 44.2 g たんぱく質 : 77.2 g 塩 分 : 9.6 g	<一日合計> エネルギー : 2155 kcal 脂 質 : 43.9 g たんぱく質 : 75.1 g 塩 分 : 11.7 g	<一日合計> エネルギー : 2859 kcal 脂 質 : 108.0 g たんぱく質 : 92.0 g 塩 分 : 9.4 g	<一日合計> エネルギー : 2099 kcal 脂 質 : 53.9 g たんぱく質 : 91.5 g 塩 分 : 10.1 g

*都合により献立を変更することがあります。