

献立一覧表

2026年 9月

[農業大学校]

	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
朝食	ご飯 味噌汁 赤魚の塩麹焼き ひじき煮 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 メンチカツ 竹輪とキャベツ炒め物 漬物 ヨーグルト	ロールパン ミネストローネスープ オムレツ ベーコン スパゲティサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 鶏つくね ほうれん草のバターソテー 漬物 ゼリー	ご飯 味噌汁 ぼっかけ塩焼き もやしとおくらのお浸し 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ミニチキン ソーセージと野菜炒め 漬物 プリン	ご飯 味噌汁 ハムステーキ 金平ごぼう 漬物 ジョア
	エネルギー : 689 kcal 脂 質 : 10.0 g たんぱく質 : 28.1 g 塩 分 : 2.1 g	エネルギー : 725 kcal 脂 質 : 13.9 g たんぱく質 : 21.6 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 595 kcal 脂 質 : 25.5 g たんぱく質 : 19.5 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 662 kcal 脂 質 : 12.9 g たんぱく質 : 21.7 g 塩 分 : 3.2 g	エネルギー : 583 kcal 脂 質 : 5.2 g たんぱく質 : 25.8 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 751 kcal 脂 質 : 21.0 g たんぱく質 : 22.3 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 612 kcal 脂 質 : 5.6 g たんぱく質 : 20.9 g 塩 分 : 3.3 g
昼食	カレーそば ブロッコリーサラダ バームクーヘン	豚塩カルビ丼 味噌汁 キムチと刻みのりの冷奴 蒸しパン	ご飯 味噌汁 あじの南蛮漬け フキの炒り煮 キャベツともやしの和え物	味噌ラーメン 餃子 ミニワッフル	ご飯 味噌汁 和風おろしハンバーグ 大学芋 マカロニサラダ	三色丼 すまし汁 青菜のごま和え デザート	ご飯 味噌汁 鯖のレモンペッパー焼き はんぺんチーズ焼き 春菊としめじのお浸し
	エネルギー : 637 kcal 脂 質 : 14.8 g たんぱく質 : 26.1 g 塩 分 : 4.1 g	エネルギー : 845 kcal 脂 質 : 35.8 g たんぱく質 : 28.8 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 700 kcal 脂 質 : 13.0 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 690 kcal 脂 質 : 21.0 g たんぱく質 : 33.5 g 塩 分 : 3.8 g	エネルギー : 789 kcal 脂 質 : 21.4 g たんぱく質 : 23.9 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 760 kcal 脂 質 : 19.0 g たんぱく質 : 30.1 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 689 kcal 脂 質 : 18.2 g たんぱく質 : 30.2 g 塩 分 : 3.1 g
夕食	ご飯 味噌汁 豚のハニーマスタードソース イカとジャガイモのガリパタ炒め 白菜ときゅうりのゆかり和え	ご飯 味噌汁 さわらゆず焼き 小松菜ときのこの炒め物 茶碗蒸し	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン漬け焼き 青梗菜と春雨炒め 白菜の生姜醤油和え	ご飯 味噌汁 たらのチリソースかけ 春巻き カリフラワーとツナの和え物	ご飯 味噌汁 クリスピーチキン 切り干し大根の煮物 菜の花とキャベツのマヨ和え	ご飯 味噌汁 鱈のタルタルソース焼き 揚げ物 小松菜ナムル	ご飯 味噌汁 牛肉の柳川風 なす炒め ワカメの酢の物
	エネルギー : 770 kcal 脂 質 : 22.9 g たんぱく質 : 32.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 616 kcal 脂 質 : 12.5 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 625 kcal 脂 質 : 12.0 g たんぱく質 : 19.9 g 塩 分 : 2.3 g	エネルギー : 899 kcal 脂 質 : 25.7 g たんぱく質 : 35.3 g 塩 分 : 4.5 g	エネルギー : 915 kcal 脂 質 : 27.0 g たんぱく質 : 42.2 g 塩 分 : 4.7 g	エネルギー : 801 kcal 脂 質 : 25.0 g たんぱく質 : 28.3 g 塩 分 : 2.4 g	エネルギー : 771 kcal 脂 質 : 20.6 g たんぱく質 : 28.6 g 塩 分 : 3.7 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 2096 kcal 脂 質 : 47.7 g たんぱく質 : 87.1 g 塩 分 : 9.7 g	<一日合計> エネルギー : 2186 kcal 脂 質 : 62.2 g たんぱく質 : 76.0 g 塩 分 : 8.4 g	<一日合計> エネルギー : 1920 kcal 脂 質 : 50.5 g たんぱく質 : 66.0 g 塩 分 : 8.9 g	<一日合計> エネルギー : 2251 kcal 脂 質 : 59.6 g たんぱく質 : 90.5 g 塩 分 : 11.5 g	<一日合計> エネルギー : 2287 kcal 脂 質 : 53.6 g たんぱく質 : 91.9 g 塩 分 : 10.5 g	<一日合計> エネルギー : 2312 kcal 脂 質 : 65.0 g たんぱく質 : 80.7 g 塩 分 : 9.2 g	<一日合計> エネルギー : 2072 kcal 脂 質 : 44.4 g たんぱく質 : 79.7 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。