

献立一覧表

2026年 9月

[農業大学校]

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝食	ご飯 味噌汁 かにかま玉子巻 もやしの三色炒め 漬物 ヨーグルト	ロールパン コーンスープ スクランブルエッグ ウインナー ポテトサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 さば塩焼き 切干大根煮 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 肉団子 金平ごぼう 漬物 プリン	ご飯 味噌汁 ほっけの味噌焼 青菜としめじのごま和え 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 フライ もやしの炒め物 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 ハムカツ 白菜ソテー 漬物 ゼリー
	エネルギー : 582 kcal 脂 質 : 4.7 g たんぱく質 : 19.7 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 770 kcal 脂 質 : 41.4 g たんぱく質 : 27.5 g 塩 分 : 4.3 g	エネルギー : 682 kcal 脂 質 : 11.5 g たんぱく質 : 25.6 g 塩 分 : 3.1 g	エネルギー : 728 kcal 脂 質 : 16.2 g たんぱく質 : 18.3 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 605 kcal 脂 質 : 5.0 g たんぱく質 : 25.5 g 塩 分 : 1.8 g	エネルギー : 615 kcal 脂 質 : 6.2 g たんぱく質 : 19.3 g 塩 分 : 2.6 g	エネルギー : 701 kcal 脂 質 : 17.2 g たんぱく質 : 17.9 g 塩 分 : 1.9 g
昼食	担々麺 肉焼売 レアチーズケーキ	ご飯 味噌汁 たらの香草パン粉焼き 豆苗ともやしの炒め物 ブロッコリーとコーンの和え物	中華丼 わかめスープ 中華クラゲと胡瓜の和え物	かけうどん ちくわの磯辺揚げ ミニタイ焼き	バターチキンカレー コンソメスープ かりぼりやえ いちごヨーグルト	ご飯 味噌汁 赤魚のレモンペッパー焼き れんこんのはさみ揚げ もやしとおくらのお浸し	ソースカツ丼 すまし汁 春雨の酢の物 デザート
	エネルギー : 713 kcal 脂 質 : 37.3 g たんぱく質 : 26.7 g 塩 分 : 4.1 g	エネルギー : 594 kcal 脂 質 : 9.3 g たんぱく質 : 26.4 g 塩 分 : 3.0 g	エネルギー : 554 kcal 脂 質 : 15.0 g たんぱく質 : 30.5 g 塩 分 : 2.9 g	エネルギー : 615 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 21.7 g 塩 分 : 6.2 g	エネルギー : 926 kcal 脂 質 : 32.7 g たんぱく質 : 31.0 g 塩 分 : 3.3 g	エネルギー : 869 kcal 脂 質 : 30.2 g たんぱく質 : 32.1 g 塩 分 : 2.8 g	エネルギー : 848 kcal 脂 質 : 19.1 g たんぱく質 : 26.5 g 塩 分 : 6.2 g
夕食	ご飯 味噌汁 鶏のマーレード焼き かつみれと大根煮 菜の花なめたけ和え	ご飯 味噌汁 親子煮 蓮根きんぴら キャベツの塩昆布和え	ご飯 味噌汁 チキン南蛮 ピーマン炒め 小松菜の辛子和え	ご飯 味噌汁 鮭のチーズ焼き 揚げだし豆腐 モロヘイヤの和え物	ご飯 味噌汁 豚の生姜焼き キャベツとツナ炒め 大根サラダ	ご飯 味噌汁 のり塩チキン 小松菜の炒め煮 ツナ和え	ご飯 味噌汁 豚肉の七味焼き ツナとじゃが芋の煮物 もやしの梅おかか和え
	エネルギー : 696 kcal 脂 質 : 14.3 g たんぱく質 : 27.6 g 塩 分 : 3.8 g	エネルギー : 676 kcal 脂 質 : 11.6 g たんぱく質 : 27.9 g 塩 分 : 3.5 g	エネルギー : 737 kcal 脂 質 : 21.7 g たんぱく質 : 24.2 g 塩 分 : 2.0 g	エネルギー : 762 kcal 脂 質 : 19.6 g たんぱく質 : 35.7 g 塩 分 : 3.6 g	エネルギー : 718 kcal 脂 質 : 22.6 g たんぱく質 : 24.4 g 塩 分 : 2.7 g	エネルギー : 966 kcal 脂 質 : 38.9 g たんぱく質 : 39.5 g 塩 分 : 3.4 g	エネルギー : 705 kcal 脂 質 : 15.5 g たんぱく質 : 26.6 g 塩 分 : 2.4 g
成分値	<一日合計> エネルギー : 1991 kcal 脂 質 : 56.3 g たんぱく質 : 74.0 g 塩 分 : 10.7 g	<一日合計> エネルギー : 2040 kcal 脂 質 : 62.3 g たんぱく質 : 81.8 g 塩 分 : 10.8 g	<一日合計> エネルギー : 1973 kcal 脂 質 : 48.2 g たんぱく質 : 80.3 g 塩 分 : 8.0 g	<一日合計> エネルギー : 2105 kcal 脂 質 : 47.4 g たんぱく質 : 75.7 g 塩 分 : 12.5 g	<一日合計> エネルギー : 2249 kcal 脂 質 : 60.3 g たんぱく質 : 80.9 g 塩 分 : 7.8 g	<一日合計> エネルギー : 2450 kcal 脂 質 : 75.3 g たんぱく質 : 90.9 g 塩 分 : 8.8 g	<一日合計> エネルギー : 2254 kcal 脂 質 : 51.8 g たんぱく質 : 71.0 g 塩 分 : 10.5 g

*都合により献立を変更することがあります。