○○ 献 立 一 覧 表 ○○

2026年 １１月

［農業大学校］

	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
朝食	ご飯 味噌汁 オムレツ 青梗菜とベーコンソテー 漬物 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 アジフライ 竹輪とキャベツ炒め 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 鶏つくね 小松菜のなめたけ和え 漬物 ヨーグルト	ロールパン コンソメスープ 厚焼き玉子＆ウィンナー ごぼうサラダ 乳酸菌飲料	ご飯 味噌汁 さば塩焼き 里芋の煮物 漬物 ヨーグルト	ご飯 味噌汁 ミニチキン ブロッコリとウインナーの炒め物 漬物 ジョア	ご飯 味噌汁 ハムカツ わかめの和風サラダ 漬物 ゼリー
	ｴﾈﾙｷﾞｰ：597 kcal 脂　質：10.3 g たんぱく質：17.4 g 塩　分：2.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：708 kcal 脂　質：12.6 g たんぱく質：28.0 g 塩　分：2.8 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：652 kcal 脂　質：10.9 g たんぱく質：23.2 g 塩　分：2.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：528 kcal 脂　質：27.5 g たんぱく質：16.5 g 塩　分：3.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：713 kcal 脂　質：12.9 g たんぱく質：30.1 g 塩　分：3.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：716 kcal 脂　質：16.6 g たんぱく質：23.2 g 塩　分：3.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：690 kcal 脂　質：16.1 g たんぱく質：17.8 g 塩　分：2.1 g
昼食	豚塩カルビ丼 味噌汁 春雨サラダ デザート	ご飯 味噌汁 黒胡椒唐揚げ 豆苗と桜えびの炒め物 ほうれん草のお浸し	麻婆焼きそば セロリとえのきのスープ 肉焼売	ご飯 味噌汁 鮭のコーンマヨ焼き 南瓜のそぼろあん 白菜の梅和え	カレーライス コンソメスープ かりぽり和え ミニワッフル	鶏南蛮そば かぼちゃの天ぷら デザート	ご飯 味噌汁 カレイの立田揚げ 大根の煮物 キャベツときゅうりの和え物
	ｴﾈﾙｷﾞｰ：913 kcal 脂　質：32.6 g たんぱく質：27.8 g 塩　分：3.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：681 kcal 脂　質：16.4 g たんぱく質：26.8 g 塩　分：2.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：489 kcal 脂　質：14.9 g たんぱく質：22.4 g 塩　分：2.7 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：649 kcal 脂　質：13.1 g たんぱく質：25.8 g 塩　分：2.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：696 kcal 脂　質：12.5 g たんぱく質：19.9 g 塩　分：3.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：662 kcal 脂　質：24.1 g たんぱく質：26.9 g 塩　分：2.0 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：627 kcal 脂　質：8.7 g たんぱく質：23.1 g 塩　分：2.6 g
夕食	ご飯 味噌汁 ほっけの山椒焼き 揚げ物 白菜のピーナッツ和え	ご飯 味噌汁 牛肉の柳川風 おさつ甘露 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの胡麻和え	ご飯 味噌汁 鰆の南蛮漬け 冬瓜のかにかまあんかけ キャベツの塩昆布和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のバジル焼き こんにゃくとさつま揚げの七味炒 ほうれん草のおかか和え	ご飯 味噌汁 豚肉のごまみそ焼き 蓮根きんぴら もやしの磯部和え	ご飯 味噌汁 鱈のタルタルソース焼き 揚げ物 白菜とツナのサラダ	ご飯 味噌汁 ポークピカタ ジャーマンポテト 青梗菜ともやしの生姜和え
	ｴﾈﾙｷﾞｰ：724 kcal 脂　質：14.1 g たんぱく質：38.2 g 塩　分：3.1 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：835 kcal 脂　質：20.6 g たんぱく質：30.3 g 塩　分：2.6 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：628 kcal 脂　質：10.2 g たんぱく質：25.5 g 塩　分：2.5 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：673 kcal 脂　質：17.9 g たんぱく質：24.7 g 塩　分：3.3 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：653 kcal 脂　質：10.6 g たんぱく質：26.5 g 塩　分：3.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：863 kcal 脂　質：28.8 g たんぱく質：33.0 g 塩　分：2.4 g	ｴﾈﾙｷﾞｰ：769 kcal 脂　質：23.3 g たんぱく質：28.1 g 塩　分：2.7 g
成分値	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：2234 kcal 脂　質：57.0 g たんぱく質：83.4 g 塩　分：8.5 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：2224 kcal 脂　質：49.6 g たんぱく質：85.1 g 塩　分：7.8 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：1769 kcal 脂　質：36.0 g たんぱく質：71.1 g 塩　分：7.9 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：1850 kcal 脂　質：58.5 g たんぱく質：67.0 g 塩　分：9.0 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：2062 kcal 脂　質：36.0 g たんぱく質：76.5 g 塩　分：9.7 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：2241 kcal 脂　質：69.5 g たんぱく質：83.1 g 塩　分：7.9 g	<一日合計> ｴﾈﾙｷﾞｰ：2086 kcal 脂　質：48.1 g たんぱく質：69.0 g 塩　分：7.4 g

＊都合により献立を変更することがあります。