

〇〇 献立表 〇〇 [南会津高校学生寮]

区分	令和 6年 8月19日(月)	令和 6年 8月20日(火)	令和 6年 8月21日(水)	令和 6年 8月22日(木)	令和 6年 8月23日(金)
朝食		米飯 野菜スープ オムレツ ウインナーと野菜のソテー 味付けのり	米飯 みそ汁 焼きさつま揚げ 切り干し大根のソテー 納豆	食パン (いちごジャム) ポテトスープ ボイルウインナー スパゲティサラダ 牛乳	米飯 みそ汁 ハムエッグ ひじき煮 ふりかけ
昼食		米飯 さけフライ ミートボール 五目金平 ブロッコリーのごま和え フルーツ	米飯 和風ハンバーグ ウインナー 大豆とひじきの煮物 小松菜のワサビ和え フルーツ	米飯 メンチカツ 卵焼き ピーマンのソテー ほうれん草のお浸し キャンディチーズ	米飯 さわらの西京焼き 肉だんご ポテトのチーズ焼き 三色和え フルーツ
夕食	ハヤシライス アメリカンドッグ 野菜サラダ アイスクリーム	米飯 中華スープ 回鍋肉 春雨サラダ 杏仁豆腐	スパゲティ・ミートソース ミルクスープ ハムカツ バナナヨーグルト	米飯 豚汁 さけのホイル焼き ブロッコリーとわかめのサラダ プリン	
給与量	エネルギー :1218 kcal たんぱく質 : 35.3 g 脂 質 : 51.4 g 炭水化物 : 157.6 g 食塩相当量 : 4.2 g	エネルギー :2383 kcal たんぱく質 : 75.2 g 脂 質 : 65.6 g 炭水化物 : 385.3 g 食塩相当量 : 7.6 g	エネルギー :2364 kcal たんぱく質 : 92.2 g 脂 質 : 64.9 g 炭水化物 : 364.3 g 食塩相当量 : 12.5 g	エネルギー :2441 kcal たんぱく質 : 96.5 g 脂 質 : 84.6 g 炭水化物 : 345.0 g 食塩相当量 : 9.8 g	エネルギー :1450 kcal たんぱく質 : 54.3 g 脂 質 : 34.4 g 炭水化物 : 238.8 g 食塩相当量 : 6.2 g

〇〇 献立表 〇〇 [南会津高校学生寮]

区分	令和 6年 8月26日(月)	令和 6年 8月27日(火)	令和 6年 8月28日(水)	令和 6年 8月29日(木)	令和 6年 8月30日(金)
朝食		米飯 みそ汁 ボイルウインナー 野菜ソテー のり佃煮	米飯 すまし汁 焼き魚 なすとピーマンの味噌 炒め 味付けのり	食パン (マーガリン) 野菜スープ スクランブルエッグ 野菜サラダ 牛乳	米飯 みそ汁 とろろ芋 小松菜と油揚げの煮浸し 納豆
昼食		米飯 白身魚のフライ ミートボール 切り干し大根の煮物 小松菜とかにかまの和え物 パイン缶	米飯 鶏肉の磯風ソテー 厚焼き玉子 大豆と昆布の煮物 ほうれん草のからし和え フルーツ	米飯 豚肉のロール巻き カニシュウマイ チーズかぼちゃ ブロッコリーのサラダ オレンジ	米飯 ひとくちカツ 卵焼き ピーマンのソテー マカロニサラダ みかん缶
夕食	夏野菜カレー フライドポテト バンバンジーサラダ プリン	米飯 コンソメスープ 鶏肉のチーズ焼き ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ	かつ丼 みそ汁 ひじきのサラダ オレンジゼリー	チャーシューめん わかめご飯 春巻き ゆで鶏ときゅうりのキムチ和え コーヒーゼリー	
給与量	エネルギー : 974 kcal たんぱく質 : 34.0 g 脂 質 : 31.6 g 炭水化物 : 145.6 g 食塩相当量 : 4.1 g	エネルギー : 2250 kcal たんぱく質 : 82.7 g 脂 質 : 63.3 g 炭水化物 : 352.3 g 食塩相当量 : 8.1 g	エネルギー : 2567 kcal たんぱく質 : 103.6 g 脂 質 : 86.3 g 炭水化物 : 365.6 g 食塩相当量 : 7.9 g	エネルギー : 2304 kcal たんぱく質 : 98.8 g 脂 質 : 76.7 g 炭水化物 : 327.6 g 食塩相当量 : 12.9 g	エネルギー : 1560 kcal たんぱく質 : 47.7 g 脂 質 : 45.7 g 炭水化物 : 242.6 g 食塩相当量 : 5.8 g