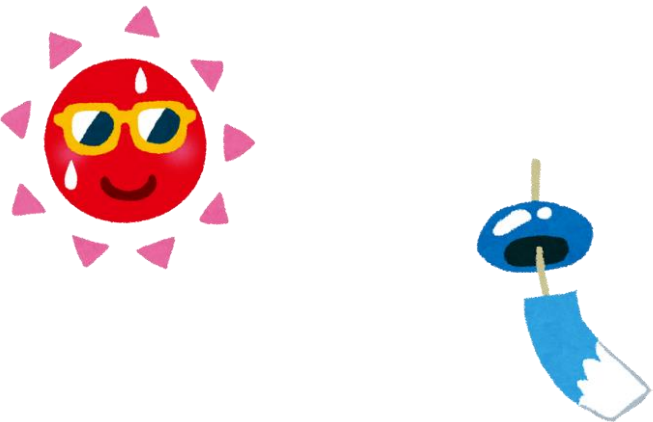




週間献立表 8月

舞鶴工業高等専門学校

日付		2024年8月1日(木)	2024年8月2日(金)	2024年8月3日(土)	2024年8月4日(日)																																																																																																
朝食		[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ウィンナー ニラ卵炒め コーンサラダ 味噌汁 牛乳 [A] 111kcal 916kcal 蛋白質 24.4g 脂質 28.2g 食塩 2.5g [B] 111kcal 871kcal 蛋白質 28g 脂質 40.5g 食塩 4.3g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 焼きそば イカリングフライ コールスローサラダ 味噌汁 ショア [A] 111kcal 854kcal 蛋白質 23.6g 脂質 9.5g 食塩 3g [B] 111kcal 809kcal 蛋白質 27.2g 脂質 21.8g 食塩 4.8g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 五目炒め 卵焼き 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] 111kcal 833kcal 蛋白質 27.3g 脂質 16.4g 食塩 2.6g [B] 111kcal 788kcal 蛋白質 30.9g 脂質 28.7g 食塩 4.4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ハンバーグ ほうれん草のソテー 大根サラダ 味噌汁 ショア [A] 111kcal 826kcal 蛋白質 24.9g 脂質 13.1g 食塩 2.8g [B] 111kcal 781kcal 蛋白質 28.5g 脂質 25.4g 食塩 4.6g																																																																																																
		昼食		[A] 肉うどん [B] 白身魚のマヨネーズ焼き [共通料理] 厚揚げ煮物 フルーチェ(ぶどう) 味噌汁 ごはん [A] 111kcal 923kcal 蛋白質 27.1g 脂質 14.7g 食塩 7.7g [B] 111kcal 859kcal 蛋白質 27.6g 脂質 18.6g 食塩 2.4g	[A] ポークカレー [B] 豚肉と厚あげ炒め ごはん [共通料理] 棒々鶏サラダ 青りんごゼリー コンソメスープ [A] 111kcal 946kcal 蛋白質 30.7g 脂質 17g 食塩 4.9g [B] 111kcal 874kcal 蛋白質 31.7g 脂質 15.6g 食塩 3.2g	ソースかつ丼 磯和え ヨーグルト 味噌汁 [A] 111kcal 952kcal 蛋白質 28.4g 脂質 18.9g 食塩 3.1g	豚のネギ塩丼 梅肉和え マンゴープリン 味噌汁 [A] 111kcal 790kcal 蛋白質 30.1g 脂質 8.9g 食塩 3.7g																																																																																														
				[A] ヤンニョムチキン [B] 肉じゃが [共通料理] グリーンサラダ ナムル 卵スープ ごはん [A] 111kcal 957kcal 蛋白質 35g 脂質 25.9g 食塩 3.5g [B] 111kcal 855kcal 蛋白質 25.4g 脂質 15.4g 食塩 2.7g	[A] 肉団子の卵あん [B] 鯖の味噌煮 [共通料理] 冷奴 ほうれん草のサラダ 味噌汁 ごはん [A] 111kcal 919kcal 蛋白質 28.5g 脂質 22g 食塩 4.7g [B] 111kcal 905kcal 蛋白質 33.3g 脂質 20.1g 食塩 3.6g	ビーフシチュー パン酢和え 切干大根の煮付け 味噌汁 ごはん [A] 111kcal 875kcal 蛋白質 30g 脂質 9.5g 食塩 4.7g	酢鶏 ジャが芋の粒マスタード和え コールスローサラダ 味噌汁 ごはん [A] 111kcal 1084kcal 蛋白質 30.8g 脂質 33.3g 食塩 4.3g																																																																																														
<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー										A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●				
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
夕食		<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●					<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー								A	●	●	●					B	●	●	●				
アレルギー																																																																																																					
A		●	●	●																																																																																																	
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		
アレルギー																																																																																																					
A	●	●	●																																																																																																		
B	●	●	●																																																																																																		

都合より、献立は変更になることがあります。

週間献立表 8月

舞鶴工業高等専門学校

日付	2024年8月5日(月)	2024年8月6日(火)	2024年8月7日(水)	2024年8月8日(木)	2024年8月9日(金)	2024年8月10日(土)	2024年8月11日(日)																																																																																																																																				
朝食	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ポークビーンズ 白身魚フライ 温野菜サラダ 味噌汁 牛乳 [A] I材料 - 928kcal 蛋白質 30.9g 脂質 20.9g 食塩 3.4g [B] I材料 - 883kcal 蛋白質 34.5g 脂質 33.2g 食塩 5.2g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] 五目炒め 納豆 ごま和え 味噌汁 牛乳 [A] I材料 - 879kcal 蛋白質 28.7g 脂質 19.8g 食塩 3.4g [B] I材料 - 834kcal 蛋白質 32.3g 脂質 32.1g 食塩 5.2g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ミートボール甘酢あん 温泉卵 海藻サラダ 味噌汁 コーヒー牛乳 [A] I材料 - 868kcal 蛋白質 26.7g 脂質 15.5g 食塩 3g [B] I材料 - 823kcal 蛋白質 30.3g 脂質 27.8g 食塩 4.8g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] ナポリタンスパゲティ スクランブルエッグ コールスローサラダ 味噌汁 牛乳 [A] I材料 - 878kcal 蛋白質 23.6g 脂質 18.2g 食塩 2.6g [B] I材料 - 833kcal 蛋白質 27.2g 脂質 30.5g 食塩 4.4g	[A] ごはん [B] 食パン [共通料理] シューマイ 炒めナムル ポテトサラダ 味噌汁 牛乳 [A] I材料 - 868kcal 蛋白質 23.1g 脂質 17.6g 食塩 3.4g [B] I材料 - 823kcal 蛋白質 26.7g 脂質 29.9g 食塩 5.2g																																																																																																																																						
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー												A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●	
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
昼食	[A] 他人丼 [B] 鯖の照り煮 ごはん [共通料理] ひじきサラダ ストロベリーゼリー 味噌汁 [A] I材料 - 883kcal 蛋白質 33.4g 脂質 18.3g 食塩 2.6g [B] I材料 - 922kcal 蛋白質 28.8g 脂質 22.3g 食塩 2.4g	[A] 和風スパゲッティ [B] 白身魚の南蛮漬け [共通料理] 炒り豆腐 フルーチェ(いちご) 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 906kcal 蛋白質 27.1g 脂質 17g 食塩 3.5g [B] I材料 - 800kcal 蛋白質 28.3g 脂質 9.7g 食塩 3.3g	[A] カレーうどん [B] 白身魚の唐揚げ おろしポン酢 [共通料理] もやしと卵のソテー もも缶 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 1016kcal 蛋白質 34g 脂質 18.7g 食塩 9.8g [B] I材料 - 865kcal 蛋白質 31.5g 脂質 14.6g 食塩 3.8g	[A] 冷やし中華 [B] 厚揚げと挽肉のピリ辛炒め [共通料理] 小松菜の煮浸し ワッフル 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 907kcal 蛋白質 30.7g 脂質 9.8g 食塩 4.3g [B] I材料 - 953kcal 蛋白質 27.3g 脂質 23.3g 食塩 2.9g																																																																																																																																							
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー												A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●																													
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
夕食	[A] 麻婆豆腐 [B] チキンマリネ [共通料理] 卵豆腐 小松菜のツナ和え 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 955kcal 蛋白質 33g 脂質 24.8g 食塩 4.6g [B] I材料 - 1088kcal 蛋白質 37.6g 脂質 40.4g 食塩 3.7g	[A] チキンカツ [B] ポークチャップ風 [共通料理] なすの揚げ浸し ほうれん草の白和え 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 1040kcal 蛋白質 27.5g 脂質 29.9g 食塩 4.2g [B] I材料 - 856kcal 蛋白質 32.3g 脂質 16g 食塩 4.1g	[A] バーベキューチキン [B] 豚キムチ [共通料理] ブロッコリーのおかか和え 三度豆サラダ 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 1005kcal 蛋白質 36.3g 脂質 29.8g 食塩 3.1g [B] I材料 - 869kcal 蛋白質 32.7g 脂質 17.8g 食塩 4.1g	[A] ハンバーグ デミソース [B] あじのカレー風味唐揚げ [共通料理] はりはりサラダ 菜種和え 味噌汁 ごはん [A] I材料 - 926kcal 蛋白質 32.3g 脂質 21.5g 食塩 4.3g [B] I材料 - 866kcal 蛋白質 31.1g 脂質 19.6g 食塩 3g																																																																																																																																							
	<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー												A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●						<table border="1"> <tr><td>アレルギー</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>A</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>B</td><td>●</td><td>●</td><td>●</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	アレルギー									A	●	●	●						B	●	●	●																													
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								
アレルギー																																																																																																																																											
A	●	●	●																																																																																																																																								
B	●	●	●																																																																																																																																								

都合より、献立は変更になることがあります。