

週間メニュー

津山工業高等専門学校 北辰寮食堂

		8月3日(月)	8月4日(火)	8月5日(水)	8月6日(木)	8月7日(金)	8月8日(土)	8月9日(日)
朝食	A (パン)	パン・ジュース	パン・ジュース	パン・ジュース	パン・ジュース	パン・ジュース	パン・ジュース	
	総エネルギー(Kcal)	835	904	894	829	844	861	
	総たんぱく質(g)	15	12	16	14	12	12	
昼食	主菜A	ビビンバ丼	ミックスフライ	汁なし坦々麺	焼き魚おろしかけ	そばろ丼	選択弁当	
	総エネルギー(Kcal)	1076	1067	954	1003	969	1186	
	総たんぱく質(g)	25	28	24	36	27	38	
	小鉢	ハムカツ	コーンツナサラダ	揚げシュウマイ	春雨サラダ	ほうれん草のおかか和え		
	小鉢		オムレツ		ミニハンバーグ			
夕食	主菜A	鶏の天ぷら	豚肉の生姜炒め	鶏肉のマヨチーズ焼き	チキンカレー	豚肉のくわ焼き		
	総エネルギー(Kcal)	979	989	1028	1077	1064		
	総たんぱく質(g)	34	25	41	30	37		
	小鉢	青菜のおひたし	もずく酢	こんにゃくの炒り煮	野菜サラダ	マカロニサラダ		
	汁物等	味噌汁	味噌汁	味噌汁	ゼリー	味噌汁		

※材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。