

週間メニュー

津山工業高等専門学校 北辰寮食堂

		8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	8月22日(土)	8月23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
	総エネルギー(Kcal)				906	943	891	921
	総たんぱく質(g)				14	14	12	15
昼食	主菜A			ハンバーグ	豚みぞれうどん	トンカツ	鶏の照り焼き	エビカツ
	総エネルギー(Kcal)			1084	766	1063	1172	953
	総たんぱく質(g)			28	17	25	45	25
	小鉢			コーンサラダ	春巻き	ペペロンチーノ	ツナポテトサラダ	コールスロー
	小鉢			ジャーマンポテト		ごぼうサラダ	厚焼き卵	ミートボール
夕食	主菜A			鶏肉の塩タレ焼き	チンジャオロースー	牛焼肉風	中華丼	豚肉キムチ
	総エネルギー(Kcal)			1012	899	1020	913	1089
	総たんぱく質(g)			41	32	24	25	28
	小鉢			ブロッコリーのゴママヨ和え	バンサンスー	青菜のおひたし	揚げ餃子	マカロニサラダ
	汁物等			味噌汁	味噌汁	たまごスープ	わかめスープ	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。