

月

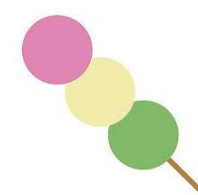
火

水

木

金

土



1

お休み

3

お休み

4

お休み

5

お休み

6

お休み

7

入学式

お休み

8

お休み

10 (始業式)

餃子あんかけ

612kcal/タンパク質16.8g/脂質15.8g/塩分2.5g

ハンバーグピザ風

1278kcal/タンパク質42.4g/脂質36.4g/塩分4.2g

11

鶏肉のマスタード焼き

589kcal/タンパク質27.9g/脂質22.6g/塩分2.2g

味噌カツ

1283kcal/タンパク質40.6g/脂質37.5g/塩分3.7g

12

鮭のムニエル

501kcal/タンパク質29.1g/脂質13.2g/塩分2.2g

焼き鳥丼

1240kcal/タンパク質40.9g/脂質44g/塩分5.3g

13

鶏ももと茄子の揚げ煮

690kcal/タンパク質36.4g/脂質24.9g/塩分2g

チキンカツ

1026kcal/タンパク質46.6g/脂質14.7g/塩分1.9g

14

鮭のマスタードフライ

436kcal/タンパク質30.3g/脂質6.2g/塩分0.5g

豚肉のマスタード焼き

1179kcal/タンパク質40.7g/脂質26.8g/塩分1.9g

15

寮生

17

チキンのチーズパン粉焼き

615kcal/タンパク質35.7g/脂質23g/塩分1.8g

ハムカツ

1057kcal/タンパク質37.8g/脂質23.1g/塩分1.9g

18

鯖の竜田揚げ

581kcal/タンパク質25.2g/脂質26.9g/塩分1.3g

チキンのトマト煮

1148kcal/タンパク質41.7g/脂質30.9g/塩分3.2g

19

ポークピカタお好み風

386kcal/タンパク質24.7g/脂質23.7g/塩分1.6g

麻婆丼

2071kcal/タンパク質56g/脂質37.4g/塩分2.2g

20

鶏の照り焼き

543kcal/タンパク質27.1g/脂質17.9g/塩分1.4g

豚すき

1109kcal/タンパク質33.3g/脂質23.1g/塩分1.9g

21

豚肉の味噌照り焼き

628kcal/タンパク質28.4g/脂質25.3g/塩分2g

おろしトンカツ

1038kcal/タンパク質41g/脂質18.6g/塩分1.7g

22

お休み

24

白身とポテトのフライ

652kcal/タンパク質21.1g/脂質21.5g/塩分1.9g

親子煮

942kcal/タンパク質30.1g/脂質13.5g/塩分1.7g

25

筑前煮

470kcal/タンパク質17.6g/脂質26.4g/塩分1.4g

トンテキ

1098kcal/タンパク質34.4g/脂質32g/塩分1.9g

26

アジの塩焼き

561kcal/タンパク質33.1g/脂質17.9g/塩分1.6g

竜田揚げ丼

1892kcal/タンパク質42.5g/脂質15.2g/塩分3g

27

チキンカツ

546kcal/タンパク質27.6g/脂質22.3g/塩分1.4g

鶏の胡麻味噌焼き

1174kcal/タンパク質36.9g/脂質19.8g/塩分2.1g

28

白身魚のきのこチーズ焼き

546kcal/タンパク質27.6g/脂質22.3g/塩分1.4g

豚肉スタミナカレー炒め

1174kcal/タンパク質36.9g/脂質19.8g/塩分2.1g

29

お休み

栄養士コメント～桜～

桜の咲く時期や色にちなんで、桜と名のつく食べ物もあります。たとえば、春にとれる真鯛は「桜鯛(さくらだい)」とも呼ばれます。駿河湾で春や秋によく獲れる「桜えび」は、まさに鮮やかな桜色が特徴です。また、タコを炊たき込んだご飯は、その色合いから「桜飯」ともいいます。鯛は「めでたい」、エビは「腰こしが曲がるまで長生き」、タコは「多幸」など、縁起のよい食材でもあり、卒業や入学、進級、結婚などのお祝いの食事にもよく出されます。

お弁当承っております。
1限目休み時間以降
カフェにてご予約下さい。