



月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 お休み	3 お休み	4 お休み	5 入学式 お休み	6 お休み
8(始業式) 白身フライとコロケ 581kcal/タンパク質25.2g/脂質26.9g/塩分1.3g ピリ辛肉じゃが 1070kcal/タンパク質32.4g/脂質26.4g/塩分3.2g	9 エビ餃子あんかけ 612kcal/タンパク質24.8g/脂質15.2g/塩分1.9g ポークピザ風 1200kcal/タンパク質35.5g/脂質33.0g/塩分2.5g	10 鮭のホイル焼き 628kcal/タンパク質28.4g/脂質25.3g/塩分2g 鶏の竜田揚げ丼 1183kcal/タンパク質39.6g/脂質32.3g/塩分3.3g	11 鶏肉のマスタード焼き 867kcal/タンパク質25.8g/脂質20.8g/塩分3.1g 味噌カツ 1216kcal/タンパク質48.0g/脂質15.7g/塩分2.8g	12 鶏ももと茄子の揚げ煮 690kcal/タンパク質34.2g/脂質27.2g/塩分2.3g チキンカツ 1126kcal/タンパク質56.6g/脂質19.7g/塩分2.9g	13 お休み
15 鮭のマスタードフライ 612kcal/タンパク質16.8g/脂質15.8g/塩分2.5g 豚の生姜焼き 1278kcal/タンパク質42.4g/脂質36.4g/塩分4.2g	16 チキンのチーズパン粉焼き 589kcal/タンパク質27.9g/脂質22.6g/塩分2.2g タンドリーチキン 1283kcal/タンパク質40.6g/脂質37.5g/塩分3.7g	17 ポークピカタお好み風 501kcal/タンパク質29.1g/脂質13.2g/塩分2.2g 麻婆丼 1240kcal/タンパク質40.9g/脂質44g/塩分5.3g	18 鯖の竜田揚げ 690kcal/タンパク質36.4g/脂質24.9g/塩分2g チキントマト煮 1026kcal/タンパク質46.6g/脂質14.7g/塩分1.9g	19 鶏の照り焼き 436kcal/タンパク質30.3g/脂質6.2g/塩分0.5g 牛肉の柳川煮 1179kcal/タンパク質40.7g/脂質26.8g/塩分1.9g	20 寮生
22 豚肉の味噌照り焼き 615kcal/タンパク質35.7g/脂質23g/塩分1.8g ハーフグリルチキン 1057kcal/タンパク質37.8g/脂質23.1g/塩分1.9g	23 白身フライとポテトフライ 581kcal/タンパク質25.2g/脂質26.9g/塩分1.3g 親子煮 1148kcal/タンパク質41.7g/脂質30.9g/塩分3.2g	24 鱈のバター醤油焼き 386kcal/タンパク質24.7g/脂質23.7g/塩分1.6g パリ丼 1271kcal/タンパク質56g/脂質37.4g/塩分2.2g	25 チキンカツ 543kcal/タンパク質27.1g/脂質17.9g/塩分1.4g トンテキ 1109kcal/タンパク質33.3g/脂質23.1g/塩分1.9g	26 フリの照り焼き 628kcal/タンパク質28.4g/脂質25.3g/塩分2g 鶏の胡麻味噌焼き 1038kcal/タンパク質41g/脂質18.6g/塩分1.7g	27 お休み
29 お休み 昭和の日	30 ペアフライ 470kcal/タンパク質17.6g/脂質26.4g/塩分1.4g 鶏の黒コショウ焼き 1098kcal/タンパク質34.4g/脂質32g/塩分1.9g				

## 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とれる「桜えび」は、まさに鮮やかな桜色が特徴です。また、たこを炊き込んだごはんは、その色合いから「桜飯」ともいいます。鯛は「めでたい」、えびは「腰こしが曲がるまで長生き」、たこは「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。**