

(月)

(火)

(水)

黄色はアスリートランチ

(木)

(金)

(土)



3 学年末考査 豚肉の味噌漬け焼き <small>1022kcal/タンパク質37.2g/脂質25.9g/塩分4.1g</small>	4 学年末考査 鶏肉のマスタード焼き <small>1032kcal/タンパク質40.1g/脂質23.2g/塩分3.4g</small>	5 麻婆丼 <small>1121kcal/タンパク質38.3g/脂質20.6g/塩分4.6g</small>	6 ハーブグリルチキン <small>1118kcal/タンパク質34g/脂質25.5g/塩分4.1g</small>	7 お休み	8 寮生 お休み
10 鶏肉の南部焼 <small>1050kcal/タンパク質38.1g/脂質20.2g/塩分3.2g</small>	11 ピリ辛中華鍋風 <small>1083kcal/タンパク質37g/脂質23.5g/塩分4.5g</small>	12 ソースチキン丼 <small>1221kcal/タンパク質40.8g/脂質32g/塩分3.6g</small>	13 鶏肉ピカトマトソース <small>1040kcal/タンパク質35.6g/脂質24.1g/塩分3.4g</small>	14 大掃除 野菜と豚肉のプルコギ <small>1133kcal/タンパク質38.8g/脂質21.1g/塩分3.1g</small>	15 寮生
17 お休み	18 豚肉の五目うま煮 <small>1150kcal/タンパク質38.2g/脂質24.1g/塩分3.3g</small>	19 チーズインハンバーグ <small>1200kcal/タンパク質41.1g/脂質30.3g/塩分3.6g</small>	20 お休み	21 お休み	22 お休み
24 お休み	25 お休み	26 お休み	27 お休み	28 お休み	29/30/31 お休み

お知らせ～3月～

■菱餅
3色のひし形に切った餅が重なったもの。緑には「健康・長寿」、白には「清らかさ」、紅色には「魔除け」の意味がこめられています。

■ひなあられ
「桃・緑・黄・白」の4色の小さなあられは、四季を意味しています。1年を通して、娘の健康と幸せを祈るという意味がこめられています。関西では餅をあげたもの、関東では米を爆発させるポン菓子に色をつけたものが主流ですが、現在はどちらのタイプも全国的に普及しています。

■ちらし寿司
錦糸玉子やエビ、菜の花といった色鮮やかな具がまつちらし寿司。エビには「長寿」、レンコンには「先を見通す賢さ」など、主な具材に縁起をかついだものが使われています。

お弁当承っております。
2限目休み時間までに！
カフェにてご予約下さい。