

3月

* 3月は全て17:30給食です。

* 献立は材料・調理の都合で変更する場合があります。

長浜北星高等学校(定時制) R7.3

月 曜 日	火 曜 日	水 曜 日	木 曜 日	金 曜 日
3 卒業式 代休	4 生徒休業日	5 生徒休業日	6 生徒休業日	7 食パン 春雨スープ コロッケ 卵サラダ 牛乳
854 kcal				
10 ゆかりご飯 鶏玉うどん もやしの和え物 フルーツヨーグルト 牛乳	11 ご飯 豆苗としいたけの中華スープ エビチリ れんこんのナムル プリン 牛乳	12 もち麦ご飯 さといものみそ汁 白身魚のフライ ごぼうときゅうりのサラダ 牛乳	13 カレーライス 温野菜のサラダ 福神漬 牛乳	14 焼きそばパン パンプキンスープ きのこのサラダ 牛乳
817 kcal	887 kcal	851 kcal	910 kcal	815 kcal
17 かに玉スープ丼 春巻 マカロニサラダ 牛乳	18 ご飯 白ねぎのみそ汁 鶏肉のピリ辛焼き じゃがいものごまみそ和え 牛乳	19 もち麦ご飯 豆腐とわかめのみそ汁 鮭のレモン漬け 野菜のごま和え ヨーグルト 牛乳	20 春分の日 	21 ご飯 中華スープ マーボー豆腐 シューマイ いちご 牛乳
927 kcal	865 kcal	868 kcal	748 kcal	
24 終業式	もうすぐ春休み!  新年度に向けて準備をする機会に  新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。  早起き! 活動的に 寝がしなない! 222 せい かつ たい せつ			

1年間ありがとうございました!

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。1年間いろいろありがとうございました。



生活リズムを大切に!