

3月

*6日~23日まで、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) R8.3

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 赤飯 鶏のから揚げ ポテトサラダ 麩のみそ汁 チョコレートケーキ ジョア ----- 1152 kcal	3 卒業式 	4 ちらしずし ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の彩り和え 豆腐のすまし汁 牛乳 ----- 823 kcal	5 ご飯 マーボー豆腐 シューマイ 中華スープ 牛乳 ----- 805 kcal	6 ツナサンドパン 彩り野菜の卵焼き ポークビーンズ 牛乳 ----- 911 kcal
9 ご飯 肉じゃが キャベツの甘酢和え 大根のみそ汁 牛乳 ----- 799 kcal	10 ご飯 鶏のピリ辛焼き もやしの変わりごま和え 白ねぎのみそ汁 牛乳 ----- 790 kcal	11 もち麦ご飯 白身魚のフライ ハムとピーマンの酢の物 わかめのみそ汁 牛乳 ----- 731 kcal	12 ご飯 千草焼き きんぴらごぼう さつまいものみそ汁 牛乳 ----- 809 kcal	13 食パン ハンバーグ ブロッコリーサラダ カレースープ 牛乳 ----- 933 kcal
16 ご飯 さばのみそ煮 白菜のゆず和え 豆腐のみそ汁 牛乳 ----- 854 kcal	17 ゆかりご飯 親子うどん 大学いも キャベツの刻み漬け 牛乳 ----- 850 kcal	18 ハヤシライス チキンナゲット 春雨サラダ 牛乳 ----- 947 kcal	19 球技大会 パン 2種 ジョア ----- ぼたもち	20 春分の日 
23 ご飯 かぼちゃのひき肉フライ 卵サラダ なめこのみそ汁 牛乳 ----- 885 kcal	24 終業式 	 <h2 style="color: red;">ご卒業おめでとうございます</h2> <p>友達や先生方と過ごした給食時間は、学校生活のかけがえのない思い出の一つとなっていることでしょう。給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に思う気持ちが詰まっています。これから先、困難にぶつかることがあったら、ぜひ給食のことを思い出してください。皆さんが元気で活躍できるようにと、いつまでも応援しています。</p>		



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やすくなります。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。

