

月	火	水	木	金
<p><b>給食室から</b></p> <p>今年度の給食は3年生が10日、1・2年生が21日で終了します。大変お世話になりました。給食室では、食品や調理過程の安全には細心の注意を払い、生徒の皆さんが喜んでくれるおいしい給食を毎日提供できるよう努めてきました。</p> <p>「ごちそうさま」「おいしかったです」の声や、教室から空っぽで戻ってくる食缶を見る喜びがスタッフの大きな励みになっています。</p> <p>給食を通してたくさんのうれしい笑顔を見ることができました。</p> <p>来年度も給食室一同、がんばっていきます。</p> <p>ご理解とご協力、誠にありがとうございました。</p> <p>新学期に向けて、白衣のサイズの確認、ボタンやゴムの修繕をお願いいたします。</p> <p style="text-align: right;">ありがとうございました  </p>				<p>日付 エネルギー たんぱく質 食塩相当量 (kcal) (%) (g)</p> <p>献立名</p> <p><b>盛りつけ図</b>          ○お椀2種類          (大…ピンク)          (中…グリーン)          ○皿1種類          あります。  <small>※牛乳は毎日提供されるため省略しています。</small></p>
<p><b>3</b> 797kcal 18% 2.4g 3年生…835kcal 17% 2.4g 黒パン 牛乳 クリームシチュー ガーリックドレッシングサラダ 3年生のみ…いよかんゼリー</p> <p>中3のみ ゼリー</p> <p>サラダ</p> <p>シチュー 大</p>	<p><b>4</b> 811kcal 16% 2.5g ごはん 牛乳 豚肉と野菜のしょうが炒め みそけんちん汁</p> <p>しょうが炒め</p> <p>ごはん けんちん汁 中 大</p>	<p><b>5</b> 822kcal 15% 2.3g <b>ひなまつり献立</b> 五目ちらし寿司 牛乳 あじ開きフライ からしあえ ももゼリー</p> <p>ゼリー</p> <p>ちらし寿司 からしあえ あじフライ</p> <p>大</p>	<p><b>6</b> 830kcal 14% 3.2g ごはん 牛乳 四川風マーボー豆腐 バンサンスー</p> <p>バンサン</p> <p>ごはん マーボー豆腐 中 大</p>	<p><b>7</b> 794kcal 18% 2.4g 3年生…883kcal 17% 2.5g <b>3年生卒業お祝い献立</b> ごはん 牛乳 鶏のから揚げ 切干大根のあえ物 わかめみそ汁 3年生のみ…お祝いロールケーキ</p> <p>中3のみ ケーキ</p> <p>あえ物 から揚げ</p> <p>ごはん みそ汁 中 大</p>
<p><b>10</b> 815kcal 16% 2.6g ココア揚げパン 牛乳 ツナサラダ 野菜のスープ煮 ヨーグルト</p> <p>ヨーグルト</p> <p>揚げパン</p> <p>スープ煮 大</p> <p>ビニール袋</p>	<p><b>11</b> <b>卒業式</b></p> <p>卒業証書</p>	<p><b>12</b> 821kcal 17% 2.7g <b>進級お祝い献立</b> ごはん 牛乳 さばの塩焼き きんぴらごぼう お祝いすまし汁 いよかんゼリー</p> <p>ゼリー</p> <p>きんぴら さば</p> <p>ごはん すまし汁 中 大</p>	<p><b>13</b> 810kcal 17% 2.2g ミルクパン 牛乳 ポークビーンズ グリーンサラダ</p> <p>サラダ</p> <p>ポークビーンズ 大</p>	<p><b>14</b> 810kcal 16% 2.3g <b>茨城美味(おい)しお献立</b> ごはん 牛乳 納豆 じゃがいものそぼろ煮 ごま昆布あえ</p> <p>納豆</p> <p>ごま昆布あえ</p> <p>ごはん そぼろ煮 中 大</p>
<p><b>17</b> 818kcal 15% 1.9g 丸パン 牛乳 ハンバーグバーベキューソース コールスローサラダ 豆とポテトのスープ</p> <p>サラダ ハンバーグ</p> <p>スープ 大</p>	<p><b>18</b> 818kcal 15% 1.9g ごはん 牛乳 ポークカレー 寒天入りヘルシーサラダ</p> <p>サラダ</p> <p>ごはん カレー 中 大</p>	<p><b>19</b> 817kcal 15% 2.4g 和風スパゲッティ ミニロールパン 牛乳 チキンカツ コールスローサラダ</p> <p>サラダ チキンカツ</p> <p>スパゲッティ 大</p>	<p><b>20</b> <b>春分の日</b></p>	<p><b>21</b> 812kcal 15% 2.6g キムタクごはん 牛乳 もうかフライ ナムル</p> <p>キムタクごはん</p> <p>ナムル フライ 大</p>