

平成30年

新潟市中学校スクールランチ

3 月分

Lunch Box MENU



C

D

C

D

「卒業お祝い献立」

1 木

照焼ハンバーグ



890kcal

チーズはんぺんフライ



795kcal

2 金

鶏肉のピリ辛焼き



907kcal

厚揚げのオイスターソース炒め



887kcal

5 月

鶏肉と野菜のトマト煮込み



863kcal

鮭フライ



855kcal

6 火

ソーセージと野菜のソテー



946kcal

甘えびのから揚げ



802kcal

7 水

さばのネギソース揚げ



907kcal

豚肉のトウバンジャン炒め



875kcal

8 木

コーンしゅうまい



864kcal

えびカツ



827kcal

9 金

かに玉



858kcal

鶏肉のみそがらめ



894kcal

12 月

ホイコーロー



791kcal

白身魚の竜田揚げ



798kcal

13 火

さんまのおかか煮



879kcal

ししゃもの磯辺揚げ



780kcal

14 水

鶏肉のチーズ包み揚げ



835kcal

ハンバーグのトマトソース



844kcal

15 木

甘辛肉団子



932kcal

春巻



865kcal

16 金

鶏肉の香り揚げ



862kcal

チンジャオロースー



860kcal

19 月

スペイン風オムレツ



937kcal

メンチカツ



918kcal

20 火

鶏肉の照焼



915kcal

あじのフライ



949kcal

22 木

酢豚



852kcal

鮭のみそネーズ焼き



816kcal

ご卒業おめでとうございます

一日一日、春に近づいています。
三寒四温の中、草木は春の準備を進めています。

3年生は卒業を迎えますね。
スクールランチはみなさんの思い出の一部になったでしょうか？中学校を卒業しても食生活を大切に、心身ともに健康にすごしてほしいと思います。

1・2年生にとっても、3月はしめくくりの時期です。1年を振り返り、次の学年に向けての準備期間を大切に過ごしましょう。



3年生のみなさん
ご卒業
おめでとうございます