

2020年

新潟市中学校学校スーールランチ

3 月分

Lunch Box MENU



C

D

「献の節句献立」

2
月

チーズはんぺんフライ



五目ちらしずし
820kcal

白身魚のムニエル



ふわふわ
餅とし
麦ごはん
851kcal

3
火

豚肉と野菜の味噌炒め



879kcal

鮭フライ



858kcal

4
水

鶏肉のピリ辛焼き



802kcal

厚揚げのオイスターソース炒め



852kcal

5
木

豚肉のトウバンジャン炒め



847kcal

マママメコロッケ



887kcal

6
金

ソーセージと野菜のソテー



ハッシュド
ポーク
麦ごはん
869kcal

さんまのかば焼き



麦ごはん
885kcal

9
月

コーンしょうまい



アーモンド
もぼろご飯
824kcal

鉄腕カレーメンチカツ



857kcal

10
火

鶏肉のきじ焼き



890kcal

カレーの竜田揚げ



わかめごはん
821kcal

11
水

さばのネギソース揚げ



882kcal

鶏肉のマーマレード焼き



810kcal

12
木

チキンのオープン焼き



833kcal

豚肉とじゃがいもの揚げ煮



867kcal

C

D

13
金

スペイン風オムレツ



クリームソース
ケチャップライス
833kcal

鶏肉の甘辛揚げ



845kcal

16
月

さばのカレー揚げ



862kcal

厚揚げの中華炒め



866kcal

17
火

鮭のバターポン酢焼き



849kcal

肉団子の甘酢あんかけ



884kcal

18
水

ブレンオムレツ



ポークカレー
麦ごはん
890kcal

春巻



麻婆丼の具
麦ごはん
849kcal

19
木

いわしのカリカリフライ



中華風
混ぜごはん
862kcal

ビビンバ(野菜)



麦ごはん
822kcal

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。

冬の寒さに逆戻りしてしまう日もありますが、三寒四温の中、草木は春の準備を進めています。

3月は別れの季節。3年生は卒業を迎えます。

スクールランチは、皆さんの思い出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、自分の健康は自分で守り、充実した毎日を送ってください。

1・2年生にとっても3月はしめくくりの時期になります。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。



卒業おめでとうございます♪