

2024年度

3月献立表

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
入学者選抜前日準備	入学者選抜		基礎力診断テスト	振替休業
入学者選抜 前日準備 ※登校禁止	入学者選抜 当日 ※登校禁止	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼 切干大根の煮物	鶏めし 味噌汁 厚揚げの とぼろあんかけ	振替休業
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
面談週間 (~3/21)				
麻婆豆腐丼 スープ しゅうまい	親子うどん コロケ デザート	ごはん 中華スープ 回鍋肉 きゅうりの ピリ辛和え	わかめごはん 豚汁 鶏の唐揚げ	キーマカレー 福神漬 スープ デザート
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
			春分の日	
豚丼 味噌汁 冷奴	あんかけ焼きそば スープ 揚げギョウザ	ごはん すまし汁 さばのみそ煮 卵ともやしの炒め物	春分の日	チキンカツカレー 福神漬 スープ デザート
24 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
修了式	年度末休業	年度末休業	年度末休業	年度末休業
タコライス たまごスープ デザート	元気で新学期を迎えましょう！ 始業式は4月9日(水)です。			
	年度末 休業期間			
	*時間は17:00~17:30です。 *メニューは変更になることがあります。			

春分の日(3月20日)

春分の日は、昼と夜の長さがほぼ同じになる日です。「自然をたたえ、生物をいつくしむ日」として国民の祝日になりました。春分の日をはさんで前後3日ずつの7日間を「春のお彼岸」といい、先祖を供養しお墓参りをします。

「朝食を食べることが大切」

朝食を食べることで、体と頭が動き始めます。主食・主菜・副菜がそろった朝ごはんが理想ですが、まずは主食(炭水化物)、次に主菜(たんぱく質)をとることを心がけましょう。それも難しい場合は、果物や牛乳・乳製品など手軽なものでもよいので、何か口にするようにしましょう。