



congratulations
on your
graduation!



卒業式の日にお赤飯が出ます

古代より赤い色には邪気を祓う力があると言われて、赤米を蒸したものを神に供える風習があったようです。現代のお赤飯に入っている豆は大角豆(ササゲ)や小豆(アズキ)で、これを水戻ししたときに水が赤くなるので、この水で餅米を炊くとお赤飯の赤色になります。

卒業する皆さん、新しい門出におめでとうの言葉を贈ります。高校生活での様々な経験は今後の大きな糧となるでしょう。これからは自己実現、そして自立した人間になれるよう、より一層、多くの知識と経験を積んで頑張ってください。学び舎を巣立つ皆さんの未来に幸多かれとお祈りいたします。これからも身体と心の栄養を上手に摂れますように・・・。

金 1

第68回

卒業証書授与式

月 4	火 5	水 6	木 7	金 8
<h2>生徒休業日</h2>			ごはん さばの塩焼き 鶏と白滝の当座煮 みそ汁 牛乳	もち麦ごはん デミグラスハンバーグ 粉ふきいも 人参のグラッセ みそ汁・牛乳
山菜炊込みご飯 いかのロースト 青菜の土佐和え のっぺ汁 牛乳	じゃこ天うどん・そば 大根と鶏肉の照り煮 たまご豆腐 牛乳		コッペパン 海老フライ 和風ツナマヨサラダ ビーフシチュー モカエクレア・牛乳	ごはん 麻婆茄子 京風たまご焼き 中華スープ 牛乳
ごはん 牡蠣フライ キャベツサラダ けんちん汁 牛乳	ごはん ポークソテー林檎ソース 千草和え ポトフ ジョア	<p>予定は未定</p>	春分の日	<h3>終業式</h3> カツカレー グリーンサラダ ソフール ミルメーク・牛乳

じゃこ天は愛媛県の特産品で、魚のすり身を形成して揚げたものです。かまぼこよりモカシウが豊富です

当座煮は、佃煮ほどではないが濃い目の味に煮てあり、当座(当分の間)保存が利くためにこの名前になりました

今日の給食はウケ外献立です

いかは記録的不漁が続き、今は高級魚のひとつです!

牡蠣は人に必要な栄養のほとんどが含まれていて、海のミルクとも呼ばれます

牛乳の味が変わっちゃうミルメークは昭和の味がするかもね!