



congratulations
on your
graduation!



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。
高校生活においての様々な経験は今後の大きな糧となるでしょう。これからは自立した人間になれるようにより一層多くの知識と経験を積んで頑張ってください。学舎を巣立つ皆さんに幸多かれとお祈りいたします。卒業してからも身体と心の栄養を上手に摂れますように!



火 1	水 2	木 3	金 4
<p>第71回 卒業証書授与式</p>	<p>生徒休業日</p>		
<p>7 茨城県はカリフラワーの生産量が日本一です!</p> <p>休</p>	<p>8 ごはん デミグラスハンバーグ カリフラワーサラダ コンソメスープ 牛乳</p>	<p>9 わかめごはん 揚げ出し豆腐 蓮根の明太マヨ和え なめこ汁 牛乳</p>	<p>10 牛筋チーズカレー ホッキ貝サラダ フルーツ杏仁 牛乳</p>
<p>14 豚丼 ほうれん草サラダ わかめスープ レアチーズデザート 牛乳</p>	<p>15 海鮮五目あんかけ拉麺 ポーク焼売 牛乳</p>	<p>16 ごはん 鮭の塩焼き れんこんの金平 みそ汁 牛乳</p>	<p>17 炊き込み炒飯 姜葱醬唐揚げ きゅうりの中華和え 粟米湯 ショア</p>
<p>21 春分の日</p>	<p>22 ロールパン きのこチキングラタン ミネストローネ クリームブッセ 牛乳</p>	<p>18 予定は未定</p>	

茨城県はカリフラワーの生産量が日本一です!

明太マヨはパンに縫って焼いたり、うどんをゆでて冷やしたものに混ぜても美味しいよ!

一年を通して流通しているほうれん草の旬は11月~2月です

生姜とねぎ油が香る調味料の姜葱醬を使い下味をつけた鶏の唐揚げです

寿司ネタでもお馴染みのホッキ貝はビタミンEが豊富で毛細血管を広げ血行不良による冷え性を和らげます

ブッセはフランス語でひとくちの意味でクリームやジャムを挟んだ焼き菓子です

塩ラーメンスープに海鮮の五目あんかけをたっぷりかけて召し上がれ!

黙食

今年度の給食はどうでしたか?
今年度も休校になったり、したいこともできなかったりと新型コロナの大流行に悩まされた年となってしまいました。みんなが楽しみにしていた学校行事などもなくなってしまいうものもあり、給食も密を避けるために時間をずらしたりすることになりました。こんな中でも学校へ来たら安全に美味しい給食を食べられるようにがんばっていますので新学期からもどんな給食が出るか楽しみにしててください。そして今しばらく黙食にご協力をお願いします。

ご協力よろしく
おねがいします

