

令和5年度

# 2月下旬の給食



2月下旬には都立高校の入試や学年末考査がありました。

勉強でもスポーツでも自分の持っている力を十分に出すには生活リズムを整えることが大切です。

3食しっかり、ごはんを食べて、早寝早起きを心がけましょう。

## 2月21日 水曜日

- \*シシジューシー
- \*イナムドッチ
- \*サターアンドギー
- \*牛乳



## 2月22日 木曜日

- \*しょうゆラーメン
- \*ほうれん草とコーンのソテー
- \*ヨーグルトゼリー
- \*牛乳



## 2月26日 月曜日

- \*キムチチャーハン
- \*チョコレギサラダ
- \*トッポギスープ
- \*せとか
- \*牛乳



## 2月27日 火曜日

- \*ツナトースト
- \*白菜のクリーム煮
- \*フレンチサラダ
- \*はるか
- \*牛乳



## 2月28日 水曜日

- \*きのこごはん
- \*ぶり大根
- \*野菜の香味和え
- \*デコポン
- \*牛乳



## 2月29日 木曜日

- \*胚芽米ごはん
- \*ポークストロガノフ
- \*ポテトフレンチサラダ
- \*りんご
- \*牛乳

