

自慢の学食拝見します!

早朝から夕方まで、育ち盛りの中学生が、心身ともに健全に勉強や部活動に励むには、バランスのとれた食事が欠かせません。ここでは、食の面でも細やかに生徒をサポートする、3校の取り組みをご紹介します。 文=美和企画 写真=城北中学校：山本友来、聖徳大学附属女子中学校、湘南学園中学校：品田裕美

男子

城北中学校

サイドメニューも人気!

お肉メインの「城北ランチ」が人気!

城北中学校のメニューはボリューム満点。人気メニューの双璧は、メインに肉料理を据えた「城北ランチ」と、井

とスープがセットになった「何でもランチ」。どちらも日替わりなので、飽きずに楽しめる。ラーメンやパスタ、カレーライスなどの定番メニューもあるほか、併設された売店のサイドメニューも充実している。

「売店では、手づくりのフライドポテトや揚げたこ焼き、焼き立てパン（チュロス、デニッシュなど）も販売しています」と石川千佳店長。



学校紹介は139ページ



この日の「城北ランチ」のメインは油淋鶏（右）。「何でもランチ」の丼は麻婆春雨丼（上）。不足しがちな野菜が少しでもとれるよう、レシピが考えられている



「売店のフライドポテトは特に人気。売り切れ続出なので、先に購入を!」と、先輩からのアドバイス。メニューによっては大盛り、特盛りも頼めるので、体育会系の生徒も大満足

石川店長

(株式会社レバスト栄養士、城北学園食堂店長)

月に1度は生徒さんの要望に応え、チキンやシチューなどをメインにした「イベントメニュー」が登場します!

