



早稲田渋谷シンガポール校 2019年9月メニュー

(ご飯、スープ、サラダ、果物、副菜等の内容は省略しております。)



日付	曜日	朝食 (ビュッフェ形式 サラダ/野菜料理)	昼食(AまたはBを選択)			夕食 (お惣菜・サラダバー)	備考欄 N.C.B = コーヒーブレイク無し	
			Aランチ	Bランチ (※数量限定)	副菜			
02	月	ダブルわかめご飯 椎茸チキンチーズトースト	ネギトロ丼	日替わり メニュー	ビーンズサラダ	温泉玉子・焼肉ポーク 炒り豆腐	始業式 N.C.B. ランチ12時	
03	火	焼売 ハムサンド	海老とトマト クリームのパスタ		ピーマンのマリネ	焼き餃子 たこ焼き	学力考查 N.C.B. ランチ13時	
04	水	玉子丼 ピーナツクリームサンド	豚カツと サラダ		きゅうりの浅漬け	ビーフシチュー ほうれん草のキッシュ		
05	木	納豆 トマトベーコントースト	イタリアンポーク		ポテトサラダ	チキンのネギソース 中華風サラダ		
06	金	そばろ丼 シナモントースト	クリスピー 照り焼きチキン		サラダと ハッシュブラウン	味噌焼きポーク なめ茸おろし		
07	土	こんにやく煮物 チキンバーガー	タコライス		ポテトコーン	ミートローフ ハッシュブラウン(ポテト)	学校説明会	
08	日	パンとジュース					休校	
09	月	納豆 チョコクリームパン	温玉 カレーチャーハン	日替わり メニュー	きゅうりと 若芽の酢の物	カルビクッパ ためぎ冷奴	3年進路説明会	
10	火	椎茸醤油ご飯 玉子野菜サンド	鮭のアクアパッツァ		オクラおかか和え	マカロニグラタン ポテトサラダ		
11	水	ナスの味噌和え クロワッサン	玉子チャーハン かに野菜あんかけ		ポテトウェッジ	ポークピカタ ズッキーニバター炒め		
12	木	温泉玉子 ミートチーズトースト	ホッケ塩焼き		白菜のサラダ	水餃子 牛肉大根甘辛煮		
13	金	豆腐納豆丼 フルーツサンド	サーモンたたき丼		緑野菜炒め	チキンドラム野菜シチュー チーズフライ		
14	土	パンとジュース					休校	
15	日	パンとジュース					休校	
16	月	納豆 唐揚げドッグ	さんま塩焼き	日替わり メニュー	いんげんの 塩炒め	ポーク、ニラともやし炒め、 冬瓜のカニカマあんかけ		
17	火	ひじき豆腐 ハムチーズホットサンド	ナゲット・ライス クリームソース		ネットロールと サラダ	サーモン明太子焼き 白滝と野菜炒め		
18	水	ししゃも 玉子サンド	タコ焼き+焼きそば		切り干し大根	チキンパルミジャーノ キャベツ玉子		
19	木	肉まん、あんまん けんちん汁	麻婆茄子		かりかりワンタン皮 サラダ	温玉のせすき焼き豆腐 ごま昆布たたききゅうり		
20	金	海苔ご飯(鮭) イチゴクリームサンド	豚カツバーガーと サラダ+ポテト料理		マカロニサラダ	トマトクリームシチュー インゲン唐揚げ	星蘭祭準備 ランチ12時	
21	土	塩焼きそば ミニケーキ	生徒ホールにてランチ配給(パウチャーと交換)			ロースト・チキン ポテトウェッジ	星蘭祭 N.C.B. ランチ11時半~2時	
22	日	納豆、ホットドッグ	学校よりお弁当配給			ミニ丼ビュッフェ	星蘭祭 N.C.B.	
23	月	パンとジュース				休校		
24	火	パンとジュース				休校		
25	水	納豆、ハム 天然酵母パン	鯖のムニエル マスタードソース	日替わり メニュー	なめこおろし	チキン味噌ラーメンと 色々トッピング、ミニ鯛焼き		
26	木	焼売 クリームパン	スモークダックライス		ニンニクの芽炒め	オムライス マッシュポテト		
27	金	白滝そば アーモンドトースト	あんかけ焼きそば		インゲンとコーン	メンチカツ 豆苗おひたし		
28	土	豆腐納豆丼 シアバタチキン野菜サンド	温玉のせドライカレー		モヤシサラダ	チキン南蛮 しらす若芽和え		
29	日	パンとジュース					休校	
30	月	海苔ご飯(鮭) ソーセージチーズトースト	レタスチャーハン	日替わり メニュー	かりかりしらすの サラダ	蒸しチキンの胡麻ソース 揚げ出し豆腐		

上記メニューは、食材等運営の都合により内容を変更する可能性があります。

朝食： ビュッフェ形式(数に限度がない物は、お好きなだけお召上がりください。)

昼食： AランチかBランチのどちらかを選択

夕食： メインディッシュ以外に外テーブルにて、お惣菜ビュッフェ

朝食時には牛乳、コーヒー紅茶他、サラダ、野菜料理、お茶漬け等は、毎朝用意しております。
毎食のご飯と味噌汁はお代わり自由です。尚、お米は「ひとめぼれライス」を使用しております。

