



早稲田渋谷シンガポール校 2020年3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		
01	日	パンとジュース					休校
02	月	納豆 ハム、ジャムバタートースト	ピリ辛豚バラ丼	日替わり メニュー	きんぴら	ホッケ塩焼き 茶碗蒸し	期末考査 NCB(～学期末まで)
03	火	こんにゃく煮物 メキシカンドッグ	中華丼		きゅうりと ハムのサラダ	ネギトロ丼 ポテトそぼろあんかけ	期末考査
04	水	魚だし茶漬け クロワッサン	味噌カツ		カリカリ ベーコンサラダ	マカロニミートソースグラタン レモンきゅうり	期末考査終了
05	木	海苔ご飯(鮭) ハム玉子サンド	温玉のせ 生姜焼き丼		豆腐サラダ	豚汁うどん 稲荷寿司	自宅学習
06	金	納豆 トルティーヤ	ビーフ ストロガノフ		キャベツと ピーマン炒め	グリルチキンレモンソース パンプキンスープ	自宅学習
07	土	パンとジュース					
08	日	パンとジュース					休校
09	月	海苔ご飯(鮭) アーモンドトースト	カレーライス	日替わり メニュー	きゅうりとリンゴ、 セロリのサラダ	チキンと玉ねぎの黒酢炒め オクラ冷奴	答案返却日
10	火	納豆 ツナチーズトースト	3色丼		ナスの生姜醤油	タンドリーチキン トマトのマリネ	自宅学習
11	水	切り干し大根 ジャムサンド	照り焼き 肉団子丼		ひじき豆腐	ポーク立田揚げ きゅうりと若芽の酢の物	自宅学習
12	木	ポテト醤油炒め 玉子サンド	鮭の塩焼き		蓮根と蒟蒻の きんぴら	ペペロンチーノ・パスタ ローストチキンサラダ	自宅学習
13	金	納豆、スライスハム 厚切りトースト	天津丼		ニンニクの芽の 炒め物	魚照焼き 豚バラ大根	自宅学習
14	土	そぼろ丼 フルーツサンド	チキンバーガーと ポテト		カリフラワーと ブロッコリー	肉味噌ラーメン 色々トッピング	自宅学習
15	日	パンとジュース					休校
16	月	納豆 バルメザン・トースト	焼肉ビーフ	日替わり メニュー	なめ茸おろしと ほうれん草和え	照り焼きチキン ポテトサラダ	自宅学習
17	火	ひじき煮物 ツナサンド	唐揚げとサラダ		大根と さつま揚げの煮物	クリームシチュー ガーリックトースト	終了式
18	水	竹の子ご飯 ピザトースト	クリームコロッケ 海老フライとサラダ		胡麻わかめ		
19	日	パンとジュース					休校



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、お好きなだけお召し上がりください。)

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。