



早稲田渋谷シンガポール校 2020年11月のメニュー

(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	朝食メニュー (味噌汁、サラダ、フルーツ)	昼食メニュー(弁当+味噌汁)		夕食メニュー(副菜、 味噌汁、サラダ、フルーツ)
			Aランチ	Bランチ	
2	月	納豆、シュガートースト	スパゲティ・ポロネーズ弁当	豚生姜焼き弁当	豚肉とポテトの甘辛煮
3	火	スクランブルエッグ、ツナサンド	照り焼きチキン弁当	ハンバーグ弁当	チキン味噌ラーメン
4	水	竹の子ご飯、チーズトースト	焼きそばとたこ焼き弁当	キーマカレー弁当	オムライス
5	木	ハム、温泉玉子	ポークしゃぶしゃぶうどん弁当	さば味噌煮 弁当	ポークピカタ
6	金	ひじき煮物、ハムサンド	麻婆豆腐弁当	魚マヨネーズ焼き弁当	カレーグラタン
7	土	パン、ドリンク			
8	日	パン、ドリンク			
9	月	わかめご飯、アーモンドトースト	クリスピー照焼きチキン弁当	豚カツ弁当	ポークシチュー
10	火	海苔ご飯	レモンポーク弁当	チキン磯辺揚げ弁当	竜田揚げ
11	水	玉子丼	ポークカレー弁当	味噌バターチキン弁当	ダックライス
12	木	納豆、ツナトースト	玉子炒飯あんかけ弁当	親子丼弁当	ポークキムチ
13	金	そばろ丼	タコライス弁当	きつねうどん弁当	魚唐揚げ
14	土	パン、ドリンク			
15	日	パン、ドリンク			
16	月	納豆、ハムチーズトースト	ガーリックライスとチキン弁当	ポークと野菜炒め弁当	焼き餃子、たこ焼き
17	火	椎茸醤油ご飯、黒蜜パン	鮭の塩焼き弁当	甘辛ミートボール弁当	チキンドラム、ポテト他
18	水	ナスの味噌和え、ツナサンド	唐揚げチキン弁当	キーマカレー弁当	サーモンバター焼き、野菜
19	木	納豆、ベーコンチーズトースト	揚げ餃子弁当	さばのマスタードソース弁当	一口カツ、冷奴
20	金	焼売と野菜	すき焼きビーフ弁当	巻き寿司セット弁当	チキンバンバンジー
21	土	パン、ドリンク			
22	日	パン、ドリンク			
23	月	納豆、きんぴら	3色丼弁当	海老焼売と海苔ご飯弁当	ペペロンチーノ・パスタ
24	火	焼き魚、ハム玉子サンド	野菜炒めと炒飯弁当	チキン南蛮弁当	魚と野菜の黒酢炒め
25	水	海苔ご飯	酢豚弁当	味噌バターチキン弁当	ポーク角煮、玉子、野菜
26	木	納豆、ツナサンド	スパゲティ・ナポリタン弁当	親子丼弁当	焼き餃子、肉じゃが
27	金	塩焼きそば	ポークキムチ弁当	月見うどん弁当	手羽先塩焼き
28	土	パン、ドリンク			
29	日	パン、ドリンク			
30	月	納豆、シュガートースト	野菜肉そばろ弁当	豚生姜焼き弁当	ミックスフライ



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。
寮食の朝食と夕食にはサラダとフルーツがつきます。

尚、ランチタイムにはお弁当の他にミニ丼、ミニ惣菜、
日替わりサラダなどをカウンターで販売しております。

