

早稲田渋谷シンガポール校 2021年7月のメニュー

(ご飯、スープ、サラダ、果物、副菜などの内容は省略しております。)

曜日		木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
朝食		1	2	3	4
Aランチ (主に肉料理)		納豆 ツナきゅうりサンド	しゅうまい海苔ご飯 ラズベリーヨーグルト	醤油玉子 きゅうり漬物	パンと ドリンク
Bランチ (主に丼、麺、魚料理)		そばろん温玉のせ	ポークキムチ	チキンバーガー	
夕食		ナポリタン	3色丼	赤魚の バター醤油炒め	
		さば塩焼き 肉じゃが	チキンウイング 白滝野菜	ミートボール ひじき煮物	

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	納豆 シュガートースト	なめ茸煮物 ハムサンド	大根きんぴら ピザトースト	納豆 キャベツと玉子炒め	海苔ご飯(明太、ツナ) ギリシャヨーグルト	納豆 クロワッサン	パンと ドリンク
Aランチ (主に肉料理)	ポーク生姜焼き	牛丼温玉のせ	海苔巻き チキン揚げ	チキンカツ	親子丼	スモークダック	
Bランチ (主に丼、麺、魚料理)	白身魚の マヨネーズ焼き	コロッケ	カレーうどん	スパゲティ ポロネーズ	さばの塩焼き	魚天ぷら丼	
夕食	ミックスフライ きゅうり漬物	チキンシチュー スパニッシュオムレツ	ペッパーポーク マカロニサラダ	ホッケの塩焼き そばろんジャガト	和風豆腐ハンバーグ ひじき煮物	カルピックパ 中華風サラダ	

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	納豆 クロワッサン	茄子とエリンギ和え物 フルーツサンド	海苔ご飯 ジャムサンド	レンコンボン酢 パンブディング	納豆 ミートチーズパン	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ (主に肉料理)	ハヤシライス	青椒肉絲	ビーフビビンバ	カレーライス	クリスピー ネギチキン		
Bランチ (主に丼、麺、魚料理)	たこ焼きと焼き そば	チラシ寿司	レモンハーブ グリルフィッシュ	海老天のせうどん	サーモンたたき丼		
夕食	鮭の明太焼き 白滝そばろ	ネギ塩ポーク ワンタン皮サラダ	チキンカシューナツ ツ大根きんぴら	味噌ラーメン オレンジゼリー	オムライス インゲンとポテト		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	わかめご飯 唐揚げドッグ	パンと ドリンク	しゅうまい 玉子サンド	竹の子ご飯 クリームパン	高菜ご飯、玉子 バナナヨーグルト	ししゃも塩焼き 天然酵母あんぱん	パンと ドリンク
Aランチ (主に肉料理)	ビーフ ストロガノフ		照り焼きチキン	温玉生姜焼き	バターチキンカレー	ソースカツ丼	
Bランチ (主に丼、麺、魚料理)	ペペロンチーノ		鯛飯	カレーチーズ コロッケ	かき揚げうどん	カリカリしらすの チャーハン	
夕食	チキンバルミジャーノ 白菜サラダ		ポークとニラ炒め 醤油ポテト	ハンバーグ アップルゼリー	マカロニグラタン コーンとインゲン	クリスピーポーク ボン酢ほうれん草	

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	26	27	28	29	30	31	1/8
朝食	納豆 ソーセイトースト	ボン酢大根 ピザトースト	魚茶漬け チョコパン	そばろん肉じゃが 全粒粉ハムサンド	肉まん、あんまん けんちん汁	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ (主に肉料理)	ミックスフライ	カレーライス	カラフル 焼肉丼	ピリ辛豚バラ丼	牛丼温玉のせ		
Bランチ (主に丼、麺、魚料理)	さば味噌煮	アジフライ	カルボナーラ	天ぷら丼	サーモン明太焼き		
夕食	醤油ラーメン キャベツ炒め	チキン南蛮 春雨サラダ	メンチカツ ゆずコールスロー	焼き鳥チキン ポーク野菜炒め	唐揚げカレーライス フルーツゼリー		

上記メニューは、食材など運営の都合により内容を変更する可能性があります。
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。