



# 早稲田渋谷シンガポール校 2017年4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			夕食 (お惣菜・サラダバー)	備考欄
			Aランチ	Bランチ (※数量限定)	副菜		
8	土					ハンバーグ 温野菜	開寮
9	日	のりご飯(ツナ) 玉子サンド	チキン唐揚げ弁当			ポーク生姜焼き ほうれん草おひたし	新入生 オリエンテーション
10	月	納豆 ハムチーズトースト	塩鮭弁当			クリームシチュー ガーリックトースト	始業式・入学式
11	火	切り干し大根 ホットドッグ	さばの味噌煮	日替わり メニュー	大根の煮物	スパゲティーミートソース シーザーサラダ	学力考査
12	水	海苔ご飯(鮭) ミューズリー	海老フライ、 ヒレカツとサラダ		胡麻わかめ	チキンウイング ツナとジャガイモ炒め	オリエンテーション
13	木	タケノコご飯 ピザトースト	照り焼きチキン		かにサラダ	ポークおろし和え 炒り豆腐	
14	金						Good Friday
15	土	しらす、ソーセージ、 フレンチトースト	焼肉ビーフ	日替わり メニュー	豆腐サラダ	カレーグラタン フルーツカクテル	
16	日	惣菜パンとジュース					休校
17	月	ダブルわかめご飯 椎茸チキンチーズトースト	白身魚のフライ	日替わり メニュー	春雨サラダ	蒸し餃子 たこ焼き	
18	火	海苔ご飯(焼売) ツナサンド	海老とトマト クリームのパスタ		ピーマンのマリネ	サーモン丼 甘辛玉子焼き	
19	水	玉子丼 全粒粉ハム野菜パン	豚カツと サラダ		きゅうりの浅漬け	ポークシチュー ほうれん草のキッシュ	
20	木	納豆 トマトベーコントースト	イタリアンポーク		ピンクポテトの サラダ	チキンのネギソース 中華風サラダ	
21	金	ひじき煮物 シュガートースト	クリスピーチキン 照り焼きソース		サラダと ハッシュブラウン	厚切りポーク生姜焼き おろし納豆	
22	土	こんにゃく煮物 チキンバーガー	タコライス		じゃがいもコーン	玉子入りミートローフ しめじ+ほうれん草炒め	TOEIC
23	日	惣菜パンとジュース					休校
24	月	納豆 チョコクリームパン	ミックスフライ	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(醤油・辛口) たぬき冷奴	
25	火	椎茸醤油ご飯 玉子野菜サンド	鮭のアクアパッツァ		ゆかり大根サラダ	マカロニグラタン トマトブリュスケッタ	
26	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		オクラおなか和え	ポークピカタ バターコーンズッキーニ	
27	木	豆腐納豆丼 フルーツサンド	ペッパーポーク		白菜のサラダ	チキンドラム野菜シチュー ポテトウェッジ	
28	金	温泉玉子 ミートチーズトースト	チラシ寿司		緑野菜炒め	焼き餃子 肉じゃが	
29	土	魚だし茶漬け ココナツトースト	ソースカツ丼		ひじきサラダ	江戸っ子オムレツ 柚子の風味のコールスロー	球技大会
30	日	惣菜パンとジュース					

1年生の皆さん、ご入学おめでとうございます。2,3年生の皆さん、ご進学おめでとうございます。

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。ご了承下さい。

朝食は個数に限度がある物以外は、ビュッフェ形式です。

明治ミルク、紅茶他飲み物、サラダ、

野菜料理、お茶漬け等は、毎朝用意しております。

朝はお好きな物をしっかり、お召し上がり下さい。

毎食のご飯とスープはおかわりOKです。

昼食はAランチとBランチの2種類があり、

Bランチは日替わりメニュー(※数量限定)をご用意します。

