

早稲田渋谷シンガポール校 2025年10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	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			10/1	10/2	10/3	10/4	10/5
朝食			大根きんぴら ジャムバタートースト	納豆 ホットドッグ	高菜ご飯、さつま揚げ ギリシャヨーグルト	納豆 キャベツと玉子	パンと ドリンク
Aランチ			親子丼	ポークキムチ	カラフル焼肉丼		
Bランチ			シーフード 塩焼きそば	イカと 甘エビのチラシ	カレーうどん		
夕食			ポークしゃぶ野菜 揚げ出し玉子豆腐	照り焼きハンバーグ 梅おかかきゅうり	魚天ぷら丼 じゃがとろ		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11	10/12
朝食	納豆 フレンチトースト	トマトエッグ ツナきゅうりサンド	トッポグすいとん ジャムサンド	切り干し大根 ソーセージ巻き	肉まん・あんまん 豚汁	納豆 シュウマイ	パンと ドリンク
Aランチ	唐揚げと たご焼き	マカロニグラタン	麻婆豆腐	味噌バターチキン	焼肉ビーフ		
Bランチ	海老クリーム パスタ	鮭と鰻スライス丼	海老天ぷら丼	3色丼	フィッシュ ライスグラタン		
夕食	厚切りポークの 生姜焼き、ゆで玉子	魚と豆腐の黒酢あん 大根きんぴら	チキンネギソース ひじきサラダ	温玉カレーピラフ 冷奴	焼き魚 揚げワンタン		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10/13	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18	10/19
朝食	納豆 シュガートースト	キャベツと玉子 ツナサンド	納豆 ピザトースト	鮭海苔ご飯 玉子サンド	きんぴらごぼろ ヨーグルト	納豆 さつま揚げ	パンと ドリンク
Aランチ	エビフライと コロケ	ポークしゃぶ うどん	カレーライス	モンゴリアン ビーフ	温玉そぼろ丼	揚げ餃子	
Bランチ	梅そうめん	白身魚 マヨ野菜焼き	サーモン照り焼き +醤油玉子丼	海老天そば	アジフライ	ラーメン	
夕食	チキン/ルミジャーノ ブロッコリ・コーン	玉子のせチャーハン 海苔巻きチキン	ベッパーポーク ツナサラダ	豚カツ 春雨サラダ	ハンバーグ・温野菜 ハッシュブラウン	さば塩焼き チキンポテト	

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25	10/26
朝食	パンと ドリンク	納豆 シヤモ塩焼き	竹の子ご飯、 ソーセージ、ロールパン	そぼろ丼 フルーツサンド	納豆 ミートチーストースト	鮭のご飯 温泉玉子	パンと ドリンク
Aランチ	Deepavali	キーマカレー	ピリ辛ポーク スープご飯	バターチキン カレー	チキンバーガー		
Bランチ		ナポリタン	魚ガーリック ステーキ	高菜ご飯と 玉子	焼きうどん		
夕食		レモンポーク ひじき	温玉ビーフ ポテトサラダ	チキン南蛮 ハムサラダ	オムライス トマト・ズッキーニ		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31		
朝食	納豆 ハムチーストースト	なめ茸煮物 バナナケーキ	肉まん・あんまん けんちん汁	納豆 ツナきゅうりサンド	魚だし茶漬け クリームパン		
Aランチ	チキン唐揚げ	ハヤシライス	揚げ餃子	炊き込みご飯 焼き鳥のせ	タコライス		
Bランチ	たご焼き+ 焼きそば	鶏飯 (チキンスープご飯)	ツナおろし スパゲティ	さば味噌煮	シーフード カレーライス		
夕食	鮭塩焼き 肉じゃが	玉子とチキン丼 茄子の生姜醤油	クリームシチュー ポテトウェッジ	ビーフピビンバ 温泉玉子、キムチ	ベッパーチキン チーズハンペン		

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。

(変更内容は下記ウェブサイト内でお知らせしております。)

ランチタイムには上記のランチの他にミニ丼、納豆と惣菜セットなどをカウンターで販売しております。

写真メニュー(英語) <https://sites.google.com/view/edokko-photo-menu/home>