



早稲田渋谷シンガポール校 2023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
	2	3	4	5	6	7	8
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	きんぴらごぼう ヨーグルト	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ	ガーリックライス チキンのせ	ポークしゃぶ うどん	温玉そぼろ丼	カレーライス	親子丼		
Bランチ	鯛飯	カキフライ	魚天ぷら丼	巾着モチうどん	サバ塩焼き		
夕食	チキンバルミジャーノ ブロッコリ・コーン	サーモン・アボカド丼 そぼろ大根	豚カツ 春雨サラダ	ペッパーポーク ツナサラダ	ハンバーグ・温野菜 ハッシュブラウン		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	9	10	11	12	13	14	15
朝食	納豆 シシャモ塩焼き	海苔ご飯2種 ジャムサンド	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	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ	ハヤシライス	照り焼きチキン	ピリ辛ポーク スープご飯	バターチキン カレー	味噌カツ		
Bランチ	カルボナーラ	アジフライ	きつねうどん	高菜ご飯と 玉子	シーフード 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	魚フライ 醤油玉子	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
	16	17	18	19	20	21	22
朝食	納豆 ハムチーストースト	なめ茸煮物 ゆずジャムサンド	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	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ	キーマカレー	チキン唐揚げ	チキンカツ	炊き込みご飯 チキンのせ	タコライス		
Bランチ	たぬきそば	たこ焼きと 焼きそば	サバ味噌煮	シーフード カレーライス	ツナおろし スバゲティ		
夕食	鮭塩焼き 肉じゃが	玉子とチキン丼 茄子の生姜醤油	焼き餃子 ひじき	ミートボール ブロッコリ玉子	ペッパーチキン チーズボール		

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	23	24	25	26	27	28	29
朝食	納豆 ツナチーストースト	鮭海苔ご飯 アーモンドトースト	わかめご飯 玉子サンド	そぼろ丼 フルーツミューズリ	納豆 ハムチースマフィン	パンと ドリンク	パンと ドリンク
Aランチ	クリスピー 照り焼きチキン	ポーク生姜焼き	韓国風チキン	グリーンカレー	ピリ辛豚バラ丼		
Bランチ	海老天のせうどん	白身魚の蒸し物 ボン酢ソース	チラシ寿司	かき玉うどん	サーモンたたき丼		
夕食	ミックスフライ 白滝そばろ	江戸っ子オムレツ きゅうり漬物	味噌バターチキン ほうれん草キッシュ	ビーフシチュー マカロニサラダ	メンチカツ ツナサラダ		

曜日	月曜日	火曜日					
	30	31					
朝食	納豆 チーストースト	椎茸ご飯 ハム野菜サンド					
Aランチ	ミックスフライ	ポークキムチ					
Bランチ	五目そうめん	ポロネーズ					
夕食	鮭明太焼き 切り干し大根	チキンから揚げ ハロウィンデザート					

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>