

August 2025



Kanazawa Institute of Technology

MONDAY		TUESDAY		WESNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		SATURDAY		SUNDAY	
28		29		30		31		1		2		3	
Breakfast								Scramble Egg		Ochazuke		Oatmeal	
								Ham		Egg Rolls		Caprese	
Lunch								Caponata		Japanese Pickles		Marinated Chick Peas	
								Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt	
Dinner								Soup		Soup		Soup	
								E 464 kcal P 22.3 g F 20.5 g S 3.4 g		E 529 kcal P 20.2 g F 11.1 g S 3.1 g		E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g	
Lunch								Khao Man Gai		Taco Rice		Khao Man Gai	
								Marinated Tomato		Tortillas		Marinated Tomato	
Dinner								Chinese Harusame		Avocado Salad		Harusame Salad	
								Pea Sprout Salad		Red Cabbage Salad		Bean Salad	
Dinner								An-nin Tofu		Mango Pudding		Fruit Jelly	
								E 836 kcal P 30.2 g F 21.3 g S 2.8 g		E 846 kcal P 25.1 g F 31.8 g S 2.8 g		E 860 kcal P 29.8 g F 19.8 g S 2.5 g	
Dinner								Salmon Takikomi Rice		Cajun Chicken		Yakisoba Noodles	
								Tonjiru Pork Stew		Carrot Rapee		Fried Gyoza	
Dinner								Spinach Shiraae		Marinated Snap Pea		Seasoned Edamame	
								Salad		Beans Soup		Chinese Soup	
Dinner								Pineapple		Kiwi		Apple	
								E 843 kcal P 48.8 g F 20.1 g S 2.6 g		E 867 kcal P 46.2 g F 26.5 g S 2.7 g		E 880 kcal P 41.4 g F 24.3 g S 3.5 g	

MONDAY		TUESDAY		WESNESDAY		THURSDAY		FRIDAY		SATURDAY		SUNDAY	
4		5		6		7		8		9		10	
Breakfast	Corn & Mayo Toast	Grilled Whitefish		Sunny Side Up		Waffle		Scramble Egg		Ochazuke			
	Carrot Rape	Simmered Hijiki		Sausages		Chicken Nugget		Ham		Egg Rolls			
Lunch	Marinated Snap Pea	Japanese Pickles		Hashed Potato		Roasted Asparagus		Caponata		Japanese Pickles		Summer Holiday	
	Salad • Fruits • Yogurt	Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt		Salad • Fruits • Yogurt			
Dinner	Soup	Soup		Soup		Soup		Soup		Soup			
	E 438 kcal P 13.5 g F 21.8 g S 2.8 g	E 562 kcal P 34.5 g F 7.8 g S 3.4 g		E 488 kcal P 19.6 g F 33.4 g S 3.4 g		E 647 kcal P 25.6 g F 26.5 g S 3.3 g		E 464 kcal P 22.3 g F 20.5 g S 3.4 g		E 529 kcal P 20.2 g F 11.1 g S 3.1 g			
Lunch	Breaded Shrimp Fry	Spaghetti Amatriciana		Chicken Tempura		Miso Simmered Mackerel		Butter Chicken Curry		Taco Rice			
	Chicken Rice	Roasted Sweet Potato		Soba Noodles		Komatsuna Ohitashi		Naan		Tortillas			
Dinner	Scrambled Egg	Focaccia		Chinese Cabbage Ohitashi		Vinegared Wakame		Marinated Broccoli		Avocado Salad			
	Corn Salad	Onion Salad		Seaweed Salad		Carrot Salad		Pea Sprout Salad		Red Cabbage Salad			
Dinner	Mitarashi Dango	Chocolate Bavarois		Fruit Jelly		Sesame Dango		An-nin Tofu		Mango Pudding			
	E 932 kcal P 31.4 g F 25.1 g S 2.2 g	E 842 kcal P 26.7 g F 23.5 g S 2.1 g		E 844 kcal P 37.6 g F 14.9 g S 3.9 g		E 804 kcal P 31.7 g F 21.4 g S 2.6 g		E 863 kcal P 48.1 g F 34.8 g S 3.3 g		E 846 kcal P 25.1 g F 31.8 g S 2.8 g			
Dinner	Yangnyeom Chicken	Hamburger		Buta Don		Nikujaga		Whitefish Fritter		Summer Holiday			
	Bean Sprout Namul	Chicken Nugget		Coddled Egg		Sesame Green Beans		Fried Potato					
Dinner	Chapchae	Pickles		Seasoned Okra		Spinach Ohitashi		White Beans Tomato Stew					
	Wakame Soup	Vegetable Soup		Onion Salad		Miso Soup		Consommé Soup					
Dinner	Pineapple	Apple		Chocolate Bavarois		Orange		Pineapple					
	E 892 kcal P 40.4 g F 27.8 g S 3.2 g	E 876 kcal P 42.1 g F 49.1 g S 3.5 g		E 874 kcal P 35.5 g F 32.9 g S 1.8 g		E 869 kcal P 28.1 g F 20.0 g S 3.1 g		E 917 kcal P 27.7 g F 45.0 g S 3.1 g					

シーザースキッチンメニューにはナッツは含まれません
材料の仕入状況によりメニューが変更になる場合があります

August 2025



Kanazawa Institute of
Technology

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	28	29	30	31	1	2	3
Breakfast					スクランブルエッグ ハム カポナータ サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	お茶漬け 玉子焼き 漬物 サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	オートミール カプレーゼ ヒヨコ豆のマリネ サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ
					E 464 kcal P 22.3 g F 20.5 g S 3.4 g	E 529 kcal P 20.2 g F 11.1 g S 3.1 g	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch					カオマンガイ トマトのマリネ 春雨の中華風 豆苗サラダ 杏仁豆腐	タコライス トルティーヤ アボカドサラダ 赤キャベツサラダ マンゴープリン	カオマンガイ トマトのマリネ 春雨サラダ 豆サラダ フルーツゼリー
					E 836 kcal P 30.2 g F 21.3 g S 2.8 g	E 846 kcal P 25.1 g F 31.8 g S 2.8 g	E 860 kcal P 29.8 g F 19.8 g S 2.5 g
Dinner					鮭の炊き込みご飯 豚汁 法連草白和え サラダ パイナップル	ケイジャンチキン キャロットラペ スナップエンドウのマリネ 豆スープ キウイ	焼きそば 揚げ餃子 味付枝豆 中華スープ りんご
					E 843 kcal P 48.8 g F 20.1 g S 2.6 g	E 867 kcal P 46.2 g F 26.5 g S 2.7 g	E 880 kcal P 41.4 g F 24.3 g S 3.5 g

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	4	5	6	7	8	9	10
Breakfast	コーンマヨトースト キャロットラペ スナップエンドウのマリネ サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	白身魚の焼き物 ひじき煮 漬物 サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	目玉焼き カリブルスト ハッシュドポテト サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	ワッフル チキンナゲット アスパラガスロースト サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	スクランブルエッグ ハム カポナータ サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	お茶漬け 玉子焼き 漬物 サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	
	E 438 kcal P 13.5 g F 21.8 g S 2.8 g	E 562 kcal P 34.5 g F 7.8 g S 3.4 g	E 488 kcal P 19.6 g F 33.4 g S 3.4 g	E 647 kcal P 25.6 g F 26.5 g S 3.3 g	E 464 kcal P 22.3 g F 20.5 g S 3.4 g	E 529 kcal P 20.2 g F 11.1 g S 3.1 g	
Lunch	エビフライ チキンライス スクランブルエッグ コーンサラダ みたらし団子	アマトリチャーナ さつまいものロースト フォカッチャ 玉葱サラダ チョコレートババロア	かけそば かしわ天 白菜のお浸し 海藻サラダ フルーツゼリー	鯖の味噌煮 小松菜お浸し わかめの酢の物 人参サラダ ごま団子	バターチキンカレー ナン ブロッコリーのマリネ 豆苗サラダ 杏仁豆腐	タコライス トルティーヤ アボカドサラダ 赤キャベツサラダ マンゴープリン	Summer Holiday
	E 932 kcal P 31.4 g F 25.1 g S 2.2 g	E 842 kcal P 26.7 g F 23.5 g S 2.1 g	E 844 kcal P 37.6 g F 14.9 g S 3.9 g	E 804 kcal P 31.7 g F 21.4 g S 2.6 g	E 863 kcal P 48.1 g F 34.8 g S 3.3 g	E 846 kcal P 25.1 g F 31.8 g S 2.8 g	
Dinner	ヤンニョムチキン もやしナムル チャプチェ わかめスープ パイナップル	ハンバーガー チキンナゲット ピクルス ベジタブルスープ りんご	豚丼 温泉卵 オクラの和え物 玉葱サラダ チョコレートババロア	肉じゃが インゲンの胡麻和え 法連草お浸し 味噌スープ オレンジ	白身魚のフリット フライドポテト 白いんげん豆のトマト煮 ベジタブルスープ パイナップル	Summer Holiday	
	E 892 kcal P 40.4 g F 27.8 g S 3.2 g	E 876 kcal P 42.1 g F 49.1 g S 3.5 g	E 874 kcal P 35.5 g F 32.9 g S 1.8 g	E 869 kcal P 28.1 g F 20.0 g S 3.1 g	E 917 kcal P 27.7 g F 45.0 g S 3.1 g		

シーザースキッチンメニューにはナッツは含まれません
材料の仕入状況によりメニューが変更になる場合があります