

October 2025



Kanazawa Institute of Technology

		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
Breakfast				1	2	3	4	5
				Sunny Side Up Sausages Hashed Potato Salad • Fruits • Yogurt Soup	Waffle Chicken Nugget Roasted Asparagus Salad • Fruits • Yogurt Soup	Frittata Ham Caponata Salad • Fruits • Yogurt Soup	Ochazuke Egg Rolls Japanese Pickles Salad • Fruits • Yogurt Soup	Oatmeal Caprese Marinated Chick Peas Salad • Fruits • Yogurt Soup
				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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch				Chicken Ham Fried Rice Siu Mai Za Cai Seaweed Salad Fruit Jelly	Mackerel w. Grated Daikon Simmered Dried Daikon Spinach Shiraae Carrot Salad Dango w. Red Bean Jam	Chicken Namban Marinated Tomato Chinese Harusame Pea Sprout Salad An-nin Tofu	Gyudon Beef Coddled Egg Asazuke Pickled Cabbage Red Cabbage Salad Mango Pudding	Chicken Curry Asparagus w. Anchovy Pickled Cauliflower Beans Salad Fruit Jelly
				E 802 kcal P 44.7 g F 27.2 g S 2.1 g	E 890 kcal P 42.4 g F 30.6 g S 2.6 g	E 970 kcal P 39.6 g F 30.8 g S 2.3 g	E 753 kcal P 34.1 g F 19.9 g S 2.1 g	E 939 kcal P 36.8 g F 28.0 g S 3.7 g
				Moussaka Pumpkin Salad Vinegared Cabbage & Onion Consommé Soup Grapefruit	Beef Pepper Stir Fry Garlic Rice Sauteed Corn Garlic Chive Soup Orange	Salmon Takikomi Rice Tonjiru Pork Stew Spinach Shiraae Salad Pineapple	Cajun Chicken Carrot Rapee Marinated Snap Pea Beans Soup Kiwi	Yakisoba Noodles Fried Gyoza Seasoned Edamame Chinese Soup Apple
Dinner				E 938 kcal P 34.5 g F 41.8 g S 2.3 g	E 768 kcal P 35.1 g F 30.4 g S 2.4 g	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	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
Breakfast		6	7	8	9	10	11	12
		Cheese Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad Soup	Grilled Whitefish Simmered Hijiki Japanese Pickles Salad Soup	Sunny Side Up Sausages Hashed Potato Salad Soup	Waffle Chicken Nugget Roasted Asparagus Salad Soup	Frittata Ham Caponata Salad Soup	Ochazuke Egg Rolls Japanese Pickles Salad Soup	Oatmeal Caprese Marinated Chick Peas Salad Soup
		E 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch		Fried Shrimp w. Chili Sauce Chinese Harusame Noodles Vinegared Cucumber & Wakame Corn Salad Pineapple	Black Sesame Dan Dan Noodles Half Boiled Egg Wok Bok Choy Onion Salad Chocolate Bavarois	Chicken & Macaroni Gratin Marinated Broccoli Sauteed Mushroom Seaweed Salad Fruit Jelly	Shrimp Doria (Rice Gratin) Sauteed Mushroom Grilled Corn Carrot Salad Dango w. Red Bean Jam	Butter Chicken Curry Naan Marinated Broccoli Pea Sprout Salad An-nin Tofu	Hamburg Steak w. Grated Daikon Broccoli & Egg Salad Buttered Spinach & Corn Red Cabbage Salad Mango Pudding	Gai Yang Marinated Snap Pea Buttered Bamboo Shoot Beans Salad Fruit Jelly
		E 844 kcal P 41.2 g F 10.5 g S 3.3 g	E 963 kcal P 51.6 g F 19.5 g S 3.4 g	E 727 kcal P 36.2 g F 14.7 g S 2.8 g	E 808 kcal P 32.2 g F 20.8 g S 2.1 g	E 863 kcal P 48.1 g F 34.8 g S 3.3 g	E 838 kcal P 34.5 g F 36.3 g S 2.7 g	E 825 kcal P 55.6 g F 16.8 g S 1.4 g
		Biryani Chicken Lentil Dahl Curry Chutney Vegetable Soup Tsukimi Dango	Hayashi Beef Grilled Zucchini Sauteed Spinach Salad Apple	Taco Rice Tortilla Avocado Salad Vegetable Soup Grapefruits	Chinjao Rosu Eggplant w. Asian Herbs Taro Karaage Chinese Soup Orange	Miso Simmered Mackerel Simmered Root Vegetables Vinegared Wakame Miso Soup Pineapple	Sanshoku Don Sesame Green Beans Eggplant Nibitashi Harusame Soup Kiwi	Lu Rou Fan Coddled Egg Chinese Okra Garlic Chive Soup Apple
Dinner		E 899 kcal P 45.7 g F 19.1 g S 2.3 g	E 800 kcal P 27.6 g F 26.2 g S 3.3 g	E 812 kcal P 24.4 g F 31.1 g S 3 g	E 880 kcal P 30.2 g F 33.3 g S 3.8 g	E 755 kcal P 34.1 g F 21.7 g S 3.6 g	E 842 kcal P 32.7 g F 26.3 g S 2.3 g	E 805 kcal P 33.4 g F 31.6 g S 3.2 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

October 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
Breakfast			1	2	3	4	5
			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	フリッタータ 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 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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch			鶏ハムの炒飯 焼売 ザーサイ 海藻サラダ フルーツゼリー	鯖のきのこおろしがけ 切干大根煮 法連草白和え 人参サラダ 餡団子	チキン南蛮 トマトのマリネ 春雨の中華風 豆苗サラダ 杏仁豆腐	牛丼 温泉卵 キャベツの浅漬け 赤キャベツサラダ マンゴープリン	チキンカレー アスパラガスのアンチョビ風味 カリフラワーのピクルス 豆サラダ フルーツゼリー
			E 802 kcal P 44.7 g F 27.2 g S 2.1 g	E 890 kcal P 42.4 g F 30.6 g S 2.6 g	E 970 kcal P 39.6 g F 30.8 g S 2.3 g	E 753 kcal P 34.1 g F 19.9 g S 2.1 g	E 939 kcal P 36.8 g F 28.0 g S 3.7 g
			ムサカ かぼちゃサラダ キャベツと玉ねぎのビネガー風味 コンソメスープ グレープフルーツ	牛肉のペッパー炒め ガーリックライス コーンソテー ニラスープ オレンジ	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
Dinner			E 938 kcal P 34.5 g F 41.8 g S 2.3 g	E 768 kcal P 35.1 g F 30.4 g S 2.4 g	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
Breakfast	6	7	8	9	10	11	12
	チーズトースト キャロットラペ スナップエンドウのマリネ サラダ スープ	白身魚の焼き物 ひじき煮 漬物 サラダ スープ	目玉焼き カリブルスト ハッシュドポテト サラダ 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 スープ	フリッタータ ハム カポナータ サラダ スープ	お茶漬け 玉子焼き 漬物 サラダ 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 スープ
	E 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch	海老のチリソース 春雨の中華風 胡瓜とわかめの酢の物 コーンサラダ パイナップル	黒胡麻担々麺 半熟卵 青菜炒め 玉葱サラダ チョコレートババロア	マカロニグラタン ブロッコリーのマリネ キノコソテー 海藻サラダ フルーツゼリー	海老ドリア キノコソテー グリルコーン 人参サラダ 餡団子	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	おろしハンバーグ ブロッコリーと卵のサラダ ほうれん草とコーンのバター風味 赤キャベツサラダ マンゴープリン	ガイヤーン スナップエンドウのマリネ 筍のバターソテー 豆サラダ フルーツゼリー
	E 844 kcal P 41.2 g F 10.5 g S 3.3 g	E 963 kcal P 51.6 g F 19.5 g S 3.4 g	E 727 kcal P 36.2 g F 14.7 g S 2.8 g	E 808 kcal P 32.2 g F 20.8 g S 2.1 g	E 863 kcal P 48.1 g F 34.8 g S 3.3 g	E 838 kcal P 34.5 g F 36.3 g S 2.7 g	E 825 kcal P 55.6 g F 16.8 g S 1.4 g
	チキンピリヤニ レンズ豆のダール チャツネ ベジタブルスープ お月見団子	ハヤシライス ズッキーニのグリル 法連草のソテー サラダ りんご	タコライス トルティーヤ アボカドサラダ ベジタブルスープ グレープフルーツ	青椒肉絲 茄子の香味野菜和え 里芋の唐揚げ 中華スープ オレンジ	鯖の味噌煮 煮しめ わかめの酢の物 味噌スープ パイナップル	3色丼 インゲン胡麻和え 茄子の煮浸し 春雨スープ キウイ	ルーローハン 温泉卵 オクラの中華風 ニラスープ りんご
Dinner	E 899 kcal P 45.7 g F 19.1 g S 2.3 g	E 800 kcal P 27.6 g F 26.2 g S 3.3 g	E 812 kcal P 24.4 g F 31.1 g S 3 g	E 880 kcal P 30.2 g F 33.3 g S 3.8 g	E 755 kcal P 34.1 g F 21.7 g S 3.6 g	E 842 kcal P 32.7 g F 26.3 g S 2.3 g	E 805 kcal P 33.4 g F 31.6 g S 3.2 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

October 2025



Kanazawa Institute of Technology

	MONDAYTUESDAYWEDNESDAYTHURSDAYFRIDAYSATURDAYSUNDAY						
	13141516171819						
	Breakfast						
	Corn & Mayo Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup						
	E 438 kcal P 13.5 g F 21.8 g S 2.8 g						
	Lunch						
	Japanese Simmered Yellow Tail & Daikon Gomoku Rice Stir Fried Eggplant w. Miso Corn Salad Mitarashi Dango						
	E 839 kcal P 36 g F 26.2 g S 2.4 g						
	Yangnyeom Chicken Bean Sprout Namul Chapchae Wakame Soup Pineapple						
	E 892 kcal P 40.4 g F 27.8 g S 3.2 g						
	Dinner						
	Hamburger Chicken Nugget Pickles Vegetable Soup Apple						
	E 861 kcal P 41.3 g F 55.6 g S 3.1 g						
	Shumai Stir Fried Atusage Tofu & Green Beans Boiled Bok Choy Chinese Soup Grapefruits						
	E 791 kcal P 25.9 g F 22.4 g S 3.1 g						

	MONDAYTUESDAYWEDNESDAYTHURSDAYFRIDAYSATURDAYSUNDAY						
	20212223242526						
	Breakfast						
	Egg Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup						
	E 581 kcal P 23.3 g F 27.7 g S 3.6 g						
	Lunch						
	Seafood Risotto Grilled Chick Pea Pickled Paprika Corn Salad Dango w. Soy Flour						
	E 792 kcal P 30.9 g F 23.5 g S 3.5 g						
	Dhal Curry Biryani Samosa Salad Dry Fruits 						
	E 921 kcal P 44.6 g F 25.5 g S 2.3 g						
	Dinner						
	Niku Tofu Green Beans w. Miso Yuzu infused Turnip Miso Soup Apple						
	E 860 kcal P 35.8 g F 23.0 g S 3.2 g						
	Cottage Pie Baguette Steamed Chicken Coleslaw Garlic Soup Grapefruits						
	E 932 kcal P 34.1 g F 49.4 g S 3.3 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

October 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
		13	14	15	16	17	18	19
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	カリブルスト ハッシュドポテト ザワークラウト サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	クロワッサン ベーコン 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	フリッタータ 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 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch		ぶり大根 五目御飯 なす味噌炒め コーンサラダ みたらし団子	ナポリタンスパゲティー ベーコンの温かいコールスロー ブロッコリーのマリネ 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	南蛮漬け 切干大根の煮物 南瓜ロースト 人参サラダ ごま団子	鶏の胡麻焼き ビーフン ツナとちくわの和え物 豆苗サラダ 杏仁豆腐	ハヤシライス ズッキーニのグリル 法連草のソテー 赤キャベツサラダ マンゴープリン	鶏モモ肉のビネガー蒸し ローストポテト キャロットレーズン 豆サラダ フルーツゼリー
		E 839 kcal P 36 g F 26.2 g S 2.4 g	E 748 kcal P 28.6 g F 27.8 g S 2.8 g	E 844 kcal P 37.6 g F 14.9 g S 3.9 g	E 914 kcal P 31.5 g F 31.7 g S 1.7 g	E 883 kcal P 41.2 g F 25.9 g S 1.4 g	E 834 kcal P 29.5 g F 25.5 g S 3.2 g	E 879 kcal P 32.7 g F 37.9 g S 1.2 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	焼売 厚揚げとインゲン炒め 青梗菜のポイル 中華スープ グレープフルーツ	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	アジフライ 南瓜サラダ コールスロー 味噌スープ パイナップル	ドリア アスパラのソテー コーンのバター風味 キノコスープ キウイ	豚キムチ炒飯 春巻き 枝豆のニンニク風味 中華スープ りんご
		E 892 kcal P 40.4 g F 27.8 g S 3.2 g	E 861 kcal P 41.3 g F 55.6 g S 3.1 g	E 791 kcal P 25.9 g F 22.4 g S 3.1 g	E 869 kcal P 28.1 g F 20.0 g S 3.1 g	E 799 kcal P 26.8 g F 32.2 g S 3.1 g	E 730 kcal P 37.1 g F 20.6 g S 2.5 g	E 973 kcal P 34.6 g F 48.9 g S 3.3 g
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		20	21	22	23	24	25	26
Breakfast		たまごトースト 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 がんもどきの含め煮 昆布の佃煮 サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	カリブルスト ハッシュドポテト ザワークラウト サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	パンケーキ ベーコン 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	フリッタータ 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 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 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	E 491 kcal P 22.1 g F 21.3 g S 1.8 g
Lunch		シーフードリゾット ヒヨコ豆のグリル パプリカのピクルス コーンサラダ きな粉団子	揚げ豚のポン酢和え 麻婆春雨 にんにくの芽炒め 玉葱サラダ チョコレートババロア	きつねうどん かしわ天 わかめの酢の物 海藻サラダ フルーツゼリー	エビフライ チキンライス スクランブルエッグ 人参サラダ 餡団子	なすと鶏肉の中華ダレ 焼売 青梗菜炒め 豆苗サラダ 杏仁豆腐	牛挽肉と枝豆のチャーハン 焼売 にんにくの芽炒め 赤キャベツサラダ マンゴープリン	油淋鶏 もやしナムル 枝豆のニンニク風味 豆サラダ フルーツゼリー
		E 792 kcal P 30.9 g F 23.5 g S 3.5 g	E 878 kcal P 30.8 g F 27.2 g S 3.6 g	E 872 kcal P 50.4 g F 32.6 g S 4.4 g	E 889 kcal P 39.3 g F 28.1 g S 2.9 g	E 805 kcal P 48.4 g F 19.9 g S 2.4 g	E 747 kcal P 26.3 g F 26.1 g S 1.4 g	E 855 kcal P 46.5 g F 31.8 g S 1.8 g
Dinner		ダールカレー ビリヤニ サモサ サラダ ドライフルーツ 	肉豆腐 インゲン味噌和え 蕪のゆず風味 味噌スープ りんご	コテージパイ バゲット 蒸し鶏のコールスロー ガーリックスープ グレープフルーツ	おでん 牛すじ 玉子 大根 厚揚げ 練り物 こんにゃく オレンジ	野菜カレー フィッシュフライ 自家製ピクルス サラダ パイナップル	ハニーマスタードチキン キャロットラペ さつまいもロースト コンソメスープ キウイ	中華飯 オクラの中華風 ザーサイ 中華スープ りんご
		E 921 kcal P 44.6 g F 25.5 g S 2.3 g	E 860 kcal P 35.8 g F 23.0 g S 3.2 g	E 932 kcal P 34.1 g F 49.4 g S 3.3 g	E 850 kcal P 53.8 g F 24.6 g S 3.9 g	E 950 kcal P 19 g F 34.6 g S 3.8 g	E 822 kcal P 41.9 g F 21.2 g S 2.6 g	E 775 kcal P 42.4 g F 12.7 g S 3.7 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

October 2025



Kanazawa Institute of Technology

		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
Breakfast		27	28	29	30	31		
		Egg Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup	Grilled Whitefish Simmered Hijiki Japanese Pickles Salad • Fruits • Yogurt Soup	Sunny Side Up Sausages Sauerkraut Salad • Fruits • Yogurt Soup	Pancake Bacon Roasted Asparagus Salad • Fruits • Yogurt Soup	Frittata Ham Caponata Salad • Fruits • Yogurt Soup		
		E 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 g	E 488 kcal P 19.6 g F 33.4 g S 3.4 g	E 589 kcal P 21 g F 21.1 g S 3.4 g	E 464 kcal P 22.3 g F 20.5 g S 3.4 g		
Lunch		Yuan Grilled Spanish Mackerel Burdock & Maitake Mushroom Mix Rice Fried Chikuwa Fish Cake w. Nori Flake Corn Salad Dango w. Soy Flour	Spaghetti Amatriciana Focaccia Marinated Broccoli Onion Salad Chocolate Bavarois	Chicken Rice Bowl Soy Glazed Fried Lotus Root Japanese Simmered Hijiki Seaweed Seaweed Salad Fruit Jelly	Seafood Doria (Rice Gratin) Deville Egg Green Peas w. Tuna Carrot Salad Dango w. Red Bean Jam	Warm Pizza Vampire’s Banquet Pizza Secret Meat Roast Jack-o’-lantern Salad Trick or Treat		
		E 838 kcal P 34.5 g F 21.2 g S 3.1 g	E 809 kcal P 29.3 g F 24.7 g S 2.2 g	E 786 kcal P 29.6 g F 24.9 g S 2.7 g	E 853 kcal P 38 g F 23.4 g S 2.2 g	E 984 kcal P 31.9 g F 40.0 g S 2.8 g		
		Fried Chicken w. Chili Mayo Sauce Coleslaw Spinach Namul Mushroom Soup Pineapple	Meatball Tomato Stew Roasted Colourful Vegetables Baguette Consommé Soup Apple	Gyoza Bean Sprout Namul Mabo Eggplant Chinese Soup Grapefruit	Stuffed Cabbage Roll Carrot Rape Steamed Chicken Salad Vegetable Soup Orange	Seafood Salt Yakisoba Fried Gyoza Seasoned Edamame Garlic Chive Soup Pineapple		
Dinner								
		E 971 kcal P 34.5 g F 49.0 g S 2.9 g	E 791 kcal P 33.4 g F 44.1 g S 3.2 g	E 820 kcal P 28.4 g F 29.2 g S 3.2 g	E 742 kcal P 33.8 g F 14.2 g S 3.4 g	E 862 kcal P 35 g F 18.7 g S 2.2 g		

		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
Breakfast								
Lunch								
Dinner								

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

October 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
	27	28	29	30	31		
Breakfast	たまごトースト 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 がんもどきの含め煮 昆布の佃煮 サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	カリブルスト ハッシュドポテト ザワークラウト サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ	パンケーキ ベーコン 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	フリッタータ ハム カポナータ サラダ・フルーツ・ヨーグルト スープ		
	E 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g	E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 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		
Lunch	鯖の幽庵焼き 牛蒡と舞茸ご飯 ちくわの磯部揚げ コーンサラダ きな粉団子	アマトリチャーナ フォカッチャ ブロッコリーのマリネ 玉葱サラダ チョコレートババロア	鶏丼 蓮根甘辛揚げ ひじき煮 海藻サラダ フルーツゼリー	シーフードドリア たまごファルシ グリーンピースのツナ和え 人参サラダ 餡団子	芋虫パスタ 吸血鬼のごちそうピザ 秘密のロースト肉 ジャックオランタンサラダ お菓子取り放題		
	E 838 kcal P 34.5 g F 21.2 g S 3.1 g	E 809 kcal P 29.3 g F 24.7 g S 2.2 g	E 786 kcal P 29.6 g F 24.9 g S 2.7 g	E 853 kcal P 38 g F 23.4 g S 2.2 g	E 984 kcal P 31.9 g F 40.0 g S 2.8 g		
Dinner	チリマヨフライドチキン コールスロー 法連草のナムル キノコスープ パイナップル	ミートボールのトマト煮 彩り野菜のロースト バゲット コンソメスープ りんご	餃子 もやしナムル 麻婆茄子 中華スープ グレープフルーツ	ロールキャベツ キャロットラペ 蒸し鶏のサラダ ベジタブルスープ オレンジ	海鮮塩焼きそば 揚げ餃子 味付枝豆 ニラスープ パイナップル		
	E 971 kcal P 34.5 g F 49.0 g S 2.9 g	E 791 kcal P 33.4 g F 44.1 g S 3.2 g	E 820 kcal P 28.4 g F 29.2 g S 3.2 g	E 742 kcal P 33.8 g F 14.2 g S 3.4 g	E 862 kcal P 35 g F 18.7 g S 2.2 g		
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
Breakfast							
Lunch							
Dinner							

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