

November 2025



Kanazawa Institute of Technology

| | | MONDAY | | TUESDAY | | WEDNESDAY | | THURSDAY | | FRIDAY | | SATURDAY | | SUNDAY | |
|-----------|--|---|--|--|--|---|--|--|--|--|--|---|--|---|--|
| | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 1 | | 2 | |
| Breakfast | | | | | | | | | | | | Ochazuke Egg Rolls Japanese Pickles Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Oatmeal Caprese Marinated Chick Peas Salad • Fruits • Yogurt Soup | |
| | | | | | | | | | | | | 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 | | | | | | | | | | | | Hamburger Chicken Nugget Pickles Vegetable Soup Apple | | Khao Man Gai Marinated Tomato Harusame Salad Seaweed Salad Fruit Jelly | |
| | | | | | | | | | | | | E 861 kcal P 41.3 g F 55.6 g S 3.1 g | | E 845 kcal P 31.5 g F 15.3 g S 3.8 g | |
| Dinner | | | | | | | | | | | | Honey Mustard Chicken Carrot Rappe Roasted Sweet Potato Mushroom Soup Kiwi | | Sweet & Sour Pork Tataki Cucumber Za Cai Vegetable Soup Apple | |
| | | | | | | | | | | | | E 812 kcal P 42.2 g F 19.7 g S 3.2 g | | E 973 kcal P 34.6 g F 48.9 g S 3.3 g | |
| | | MONDAY | | TUESDAY | | WEDNESDAY | | THURSDAY | | FRIDAY | | SATURDAY | | SUNDAY | |
| | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | |
| Breakfast | | Tuna Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Grilled Whitefish Simmered Ganmodoki Tsukudani Kombu Kelp Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Currywurst Sausages Sauerkraut Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Pancake Bacon 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 428 kcal P 17 g F 20 g S 2.8 g | | E 579 kcal P 27.6 g F 11.7 g S 3.4 g | | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | | E 589 kcal P 21 g F 21.1 g S 3.4 g | | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 | | Miso Simmered Mackerel Komatsuna Ohitashi Vinegared Cucumber & Wakame Corn Salad Kinako Dango | | Simmered Pork Rice Bowl Coddled Egg Seasoned Okra Onion Salad Chocolate Bavarois | | Butter Chicken Curry Naan Grilled Chick Peas Green Salad Fruit Jelly | | Wakame Udon Shrimp Tempura Vinegared Cucumber Carrot Salad Dango w. Red Bean Jam | | Simmered Drum Sticks & Daikon in Soy-Vinegar Sauce Candied Sweet Potato Chapchae Pea Sprout Salad An-niin Tofu | | Oden Beef Tendon , Egg , Fish Cake Daikon , Atsuage Tofu , Konnyaku Red Cabbage Salad Mango Pudding | | Gai Yang Marinated Snap Pea Buttered Bamboo Shoot Beans Salad Fruit Jelly | |
| | | E 789 kcal P 32.6 g F 20.3 g S 2.5 g | | E 805 kcal P 26.9 g F 38.8 g S 1.5 g | | E 830 kcal P 43.5 g F 32.2 g S 3 g | | E 768 kcal P 44.3 g F 19.8 g S 4.2 g | | E 907 kcal P 40.2 g F 29.4 g S 2.4 g | | E 889 kcal P 54.6 g F 25.9 g S 4 g | | E 825 kcal P 55.6 g F 16.8 g S 1.4 g | |
| Dinner | | Chicken Karaage Coleslaw Yuzu infused Daikon Pickles Miso Soup Pineapple | | Chinjao Rosu Eggplant w. Asian Herbs Taro Karaage Chinese Soup Apple | | Spaghetti Bolognese Focaccia Marinated Broccoli Vegetable Soup Grapefruit | | Beef & Burdock Shigure-ni Potato Salad Spinach Shiraae Miso Soup Orange | | Cod Pilpil Garlic Rice Roasted Lotus Root Consommé Soup Pineapple | | Chicken Ham Fried Rice Siu Mai Za Cai Chinese Soup Kiwi | | Pork Curry Fried Onion Seasoned Edamame Salad Apple | |
| | | E 880 kcal P 30.4 g F 43.0 g S 3.1 g | | E 875 kcal P 29.7 g F 33.3 g S 2.8 g | | E 845 kcal P 34.9 g F 34.3 g S 2.8 g | | E 862 kcal P 36.1 g F 30.9 g S 3.3 g | | E 724 kcal P 33.5 g F 28.3 g S 2.5 g | | E 718 kcal P 37.6 g F 15.3 g S 3.6 g | | E 972 kcal P 30 g F 35.1 g S 3.4 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

November 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 | 1 | 2 |
| Breakfast | | | | | | 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 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 | | | | | | 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 | カオマンガイ トマトのマリネ 春雨サラダ 海藻サラダ フルーツゼリー |
| | | | | | | E 861 kcal P 41.3 g F 55.6 g S 3.1 g | E 845 kcal P 31.5 g F 15.3 g S 3.8 g |
| Dinner | | | | | | 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 キノコスープ キウイ | 酢豚 たたき胡瓜 ザーサイ 中華スープ りんご |
| | | | | | | E 812 kcal P 42.2 g F 19.7 g S 3.2 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 |
| | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Breakfast | ツナトースト 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 カボナータ 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 428 kcal P 17 g F 20.0 g S 2.8 g | E 567 kcal P 34.9 g F 8.0 g S 3.7 g | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | E 647 kcal P 25.6 g F 26.5 g S 3.3 g | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 | 鯖の味噌煮 小松菜お浸し わかめの酢の物 コーンサラダ きな粉団子 | 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 | バターチキンカレー ナン ひよこ豆のグリル グリーンサラダ フルーツゼリー | わかめうどん 海老天 胡瓜の酢の物 人参サラダ 餃団子 | 手羽元と大根のさっぱり煮 大学芋 チャプチェ 豆苗サラダ 杏仁豆腐 | おでん 牛すじ 玉子 練り物 大根 厚揚げ こんにゃく 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 789 kcal P 32.6 g F 20.3 g S 2.5 g | E 805 kcal P 26.9 g F 38.8 g S 1.5 g | E 830 kcal P 43.5 g F 32.2 g S 3 g | E 768 kcal P 44.3 g F 19.8 g S 4.2 g | E 907 kcal P 40.2 g F 29.4 g S 2.4 g | E 889 kcal P 54.6 g F 25.9 g S 4 g | E 825 kcal P 55.6 g F 16.8 g S 1.4 g |
| Dinner | から揚げ コールスロー 大根ゆず漬け 味噌スープ パイナップル | 青椒肉絲 茄子の香味野菜和え 里芋の唐揚げ 中華スープ りんご | ポロネーゼスパゲティー フォカッチャ ブロッコリーのマリネ ベジタブルスープ グレープフルーツ | 牛肉とごぼうのしぐれ煮 ポテトサラダ 法連草白和え 味噌スープ オレンジ | 鱈のピルピル ガーリックライス 蓮根ロースト コンソメスープ パイナップル | 鶏ハムの炒飯 焼売 ザーサイ 中華スープ キウイ | ポークカレー フライドオニオン 味付枝豆 サラダ りんご |
| | E 880 kcal P 30.4 g F 43.0 g S 3.1 g | E 875 kcal P 29.7 g F 33.3 g S 2.8 g | E 845 kcal P 34.9 g F 34.3 g S 2.8 g | E 862 kcal P 36.1 g F 30.9 g S 3.3 g | E 724 kcal P 33.5 g F 28.3 g S 2.5 g | E 718 kcal P 37.6 g F 15.3 g S 3.6 g | E 972 kcal P 30 g F 35.1 g S 3.4 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

November 2025



Kanazawa Institute of Technology

| | | MONDAY | | TUESDAY | | WEDNESDAY | | THURSDAY | | FRIDAY | | SATURDAY | | SUNDAY | |
|-----------|--|--|--|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|---|--|
| | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | |
| Breakfast | | Cheese Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad Soup | | Grilled Whitefish Simmered Hijiki Japanese Pickles Salad Soup | | Currywurst Sausages Sauerkraut 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 437 kcal P 18.4 g F 18.6 g S 3.7 g | | E 562 kcal P 34.5 g F 7.8 g S 3.4 g | | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | | E 647 kcal P 25.6 g F 26.5 g S 3.3 g | | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 | | Shrimp w. Chili Sauce Chinese Harusame Vinegared Cucumber & Wakame Corn Salad Mitarashi Dango | | Black Sesame Dan Dan Noodles Half Boiled Egg Bok Choy w. Paitan White Sauce Onion Salad Chocolate Bavaois | | Teriyaki Chicken Burger Fried Potato Pickles Seaweed Salad Fruit Jelly | | Grilled Salted Mackerel Komatsuna Ohitashi Pickled Cucumber Carrot Salad Sesame Dango | | Basque Style Chicken Vinegared Tomato Potato Salad Pea Sprout Salad An-nin Tofu | | Beef Stew Pickled Roasted Paprika Marinated Broccoli Red Cabbage Salad Mango Pudding | | Yurinchi Chicken Bean Sprout Namul Garlic Edamame Beans Salad Fruit Jelly | |
| | | E 786 kcal P 40.7 g F 10.3 g S 3.5 g | | E 963 kcal P 51.6 g F 49.5 g S 3.4 g | | E 793 kcal P 29.7 g F 44.9 g S 3.4 g | | E 721 kcal P 30.4 g F 20.8 g S 1.7 g | | E 941 kcal P 34.5 g F 41.6 g S 2.4 g | | E 848 kcal P 24.7 g F 36.5 g S 2.9 g | | E 855 kcal P 46.5 g F 31.8 g S 1.8 g | |
| Dinner | | Soy Glazed Fried Chicken Wings Cabbage w. Salt Sauce Chinese Stir Fried Mushroom Miso Soup Pineapple | | Hamburg Steak w. Cheese Grilled Broccoli Buttered Spinach & Corn Mushroom Soup Apple | | Mabo Tofu Stir Fried Pea Sprout Seasoned Bean Sprout Chinese Soup Grapefruit | | Bibimbap Boiled Gyoza Chapchae Wakame Soup Orange | | Gomoku Tofu Stir Fried Egg & Garlic Chive Stir Fried Bok Choy w. Garlic Salad Pineapple | | Chicken Char Siu Marinated Boiled Egg Sauteed Spinach Miso Soup Kiwi | | Lu Rou Fan Coddled Egg Chinese Okra Garlic Chive Soup Apple | |
| | | E 837 kcal P 35.5 g F 26.3 g S 3 g | | E 827 kcal P 33.6 g F 36.9 g S 3.5 g | | E 754 kcal P 34.8 g F 28.3 g S 3.2 g | | E 874 kcal P 33.3 g F 31.7 g S 3.6 g | | E 801 kcal P 44.5 g F 23.1 g S 3.2 g | | E 858 kcal P 37 g F 32.5 g S 3.6 g | | E 805 kcal P 33.4 g F 31.6 g S 3.7 g | |
| | | MONDAY | | TUESDAY | | WEDNESDAY | | THURSDAY | | FRIDAY | | SATURDAY | | SUNDAY | |
| | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | |
| Breakfast | | French Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Grilled Whitefish Simmered Ganmodoki Tsukudani Kombu Kelp Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Currywurst Sausages Sauerkraut Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Croissant Bacon Roasted Asparagus Salad • Fruits • Yogurt Soup | | Frittata Ham Caponata Salad Soup | | Ochazuke Egg Rolls Japanese Pickles Salad Soup | | Oatmeal Caprese Marinated Chick Peas Salad Soup | |
| | | E 530 kcal P 23.2 g F 23.2 g S 3.2 g | | E 579 kcal P 27.6 g F 11.7 g S 3.4 g | | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | | E 434 kcal P 13.7 g F 26.8 g S 3.2 g | | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 | | Sweet & Sour Turbot Boiled Gyoza Chenese Okra Corn Salad Dango w. Kinako (Soy Flour) | | Cassoulet Baguette Roasted Potato Onion Salad Chocolate Bavaois | | Chicken Namban Soba Noodles Simmered Root Vegetables Sesame Green Beans Seaweed Salad Fruit Jelly | | Seafood & Vegetable Ajiho Roasted Pumpkin Marinated Tomato Carrot Salad Dango w. Red Bean Jam | | Bang Bang Chicken Chinese Cucumber Fried Gyoza Pea Sprout Salad An-nin Tofu | | Beef Curry Roasted Asparagus Home-made Pickles Red Cabbage Salad Mango Pudding | | Yurinchi Chicken Wok Greens Garlic Edamame Beans Salad Fruit Jelly | |
| | | E 795 kcal P 32.5 g F 12.8 g S 2.9 g | | E 797 kcal P 41.5 g F 35.4 g S 3.1 g | | E 729 kcal P 35.3 g F 15.9 g S 4.6 g | | E 784 kcal P 33.2 g F 25.6 g S 3.1 g | | E 877 kcal P 41.0 g F 22.7 g S 2.5 g | | E 836 kcal P 24.0 g F 28.0 g S 2.9 g | | E 850 kcal P 45.5 g F 30.3 g S 1.9 g | |
| Dinner | | Fried Chicken w. Chili Mayo Sauce Coleslaw Spinach Namul Wakame Soup Pineapple | | Hamburg Steak w. Grated Daikon Broccoli & Egg Salad Buttered Paprika Red Cabbage Salad Mango Pudding | | Lasagna Pumpkin Salad Cabbage & Onion w. Vinegar Vegetable Soup Grapefruit | | Ground Beef Katsu Daikon & Baby Sardine w. Ponzu Stir Fried Bamboo Shoot Miso Soup Orange | | Happosai Za Cai Harusame Salad Chinese Soup Pineapple | | Oyako-don Okra w. Bonito Flakes Japanese Pickles Miso Soup Kiwi | | Pork Katsu Marinated Snap Pea Potato Salad Miso Soup Apple | |
| | | E 971 kcal P 34.5 g F 49.0 g S 2.9 g | | E 861 kcal P 41.3 g F 55.6 g S 3.6 g | | E 841 kcal P 38.7 g F 49.1 g S 3.1 g | | E 781 kcal P 22.4 g F 27.1 g S 3.4 g | | E 806 kcal P 28 g F 23.7 g S 3.0 g | | E 839 kcal P 40.1 g F 27.1 g S 3.5 g | | E 954 kcal P 33 g F 44.8 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


Kanazawa Institute of Technology

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

November 2025



Kanazawa Institute of Technology

| | | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY | SATURDAY | SUNDAY |
|-----------|-------|---|--|---|---|---|---|---|
| Breakfast | | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | Pizza Toast Carrot Rape Marinated Snap Pea Salad • Fruits • Yogurt Soup | Grilled Whitefish Simmered Hijiki Japanese Pickles Salad Soup | Currywurst Sausages Sauerkraut Salad • Fruits • Yogurt Soup | Pancake Bacon 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 409 kcal P 18 g F 16.9 g S 3.5 g | E 562 kcal P 34.5 g F 7.8 g S 3.4 g | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | E 589 kcal P 21 g F 21.1 g S 3.4 g | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 | Miso Simmered Mackerel Komatsuna Ohitashi Vinegared Wakame Corn Salad Mitarashi Dango | Japanese Pork Ginger Shishito Pepper Asazuke Pickled Chinese Cabbage Onion Salad Chocolate Bavaois | Tanuki Udon Noodles Chicken Tempura Wax Gourd w. Ankake Sauce Seaweed Salad Fruit Jelly | Roasted Chicken Stuffing Cranberry Sauce Carrot Salad Apple Pie  | Sanshoku Don Sesame Green Beans Eggplant Nibitashi Pea Sprout Salad An-nin Tofu | Hamburg Steak w. Grated Daikon Broccoli & Egg Salad Buttered Spinach & Corn Red Cabbage Salad Mango Pudding | Chicken Stew Roasted Pumpkin Sauteed Corn Beans Salad Fruit Jelly |
| | | E 717 kcal P 30.6 g F 19.3 g S 2.6 g | E 835 kcal P 28.5 g F 29.7 g S 1.5 g | E 787 kcal P 46.4 g F 23.6 g S 5.7 g | E 883 kcal P 31.4 g F 40.9 g S 3.7 g | E 828 kcal P 33.4 g F 29.4 g S 2.6 g | E 838 kcal P 34.5 g F 36.3 g S 2.7 g | E 833 kcal P 34.4 g F 19.4 g S 2.6 g |
| Dinner | | Garlic Butter Chicken Coleslaw Carrot w. Bonito Flakes Garlic Chive Soup Pineapple | Chinese Stir Fried Beef & Tomato Stir Fried Bok Choy Vinegared Cucumber & Wakame Mushroom Soup Apple | Pork Kimchi Hot Pot Cabbage w. Salt Sauce Chijimi Wakame Soup Grapefruit | Bulgogi Stir Fried Pea Sprout Kimchi Wakame Soup Orange | Fish & Chips Tartar & Salsa Green Beans Tomato Stew Salad Pineapple | Herb Grilled Chicken Marinated Tomato Roasted Sweet Potato Consommé Soup Kiwi | Taco Rice Tortilla Avocado Salad Vegetable Soup Apple |
| | | E 876 kcal P 43.6 g F 33.4 g S 2.1 g | E 854 kcal P 33.4 g F 29.5 g S 3.6 g | E 739 kcal P 35 g F 19.2 g S 2.7 g | E 745 kcal P 35.8 g F 18.9 g S 2.5 g | E 915 kcal P 27.3 g F 40.9 g S 2.7 g | E 893 kcal P 51.4 g F 25.0 g S 2.2 g | E 827 kcal P 24.1 g F 32.3 g S 2.7 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

November 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 |
|-----------|--|--|--|--|---|--|--|
| | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| Breakfast | ビザトースト 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 | 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 カボナータ 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 409 kcal P 18 g F 16.9 g S 3.5 g | E 562 kcal P 34.5 g F 7.8 g S 3.4 g | E 501 kcal P 20.4 g F 33.5 g S 3 g | E 589 kcal P 31 g F 21.1 g S 3.4 g | E 463 kcal P 21.8 g F 19.6 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 |
| | 鯖の味噌煮 小松菜お浸し わかめの酢の物 コーンサラダ みたらし団子 | 生姜焼き しし唐 白菜の浅漬け 玉葱サラダ チョコレートババロア | たぬきうどん かしわ天 冬瓜のあんかけ 海藻サラダ フルーツゼリー | ローストチキン スタッフィング クランベリーソース 人参サラダ アップルパイ  | 3色丼 インゲン胡麻和え 茄子の煮浸し 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 | シチュー 南瓜ロースト コーンソテー 豆サラダ フルーツゼリー |
| Lunch | E 717 kcal P 30.6 g F 19.3 g S 2.6 g | E 835 kcal P 28.5 g F 29.7 g S 1.5 g | E 787 kcal P 46.4 g F 23.6 g S 5.7 g | E 883 kcal P 31.4 g F 40.9 g S 3.7 g | E 828 kcal P 33.4 g F 29.4 g S 2.6 g | E 838 kcal P 34.5 g F 36.3 g S 2.7 g | E 833 kcal P 34.4 g F 19.4 g S 2.6 g |
| | ガリバタチキン コールスロー 人参のおかか和え ニラスープ パイナップル | トマトと牛肉の中華風炒め チンゲン菜炒め 胡瓜とワカメの酢の物 キノコスープ りんご | 豚キムチ鍋 塩だれキャベツ チヂミ わかめスープ グレープフルーツ | ブルコギ 豆苗炒め キムチ わかめスープ オレンジ | フィッシュ&チップス タルタル&サルサ インゲン豆のトマト煮 サラダ パイナップル | 鶏のハーブ焼き トマトマリネ さつまいもロースト コンソメスープ キウイ | 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 りんご |
| | E 876 kcal P 43.6 g F 33.4 g S 2.1 g | E 854 kcal P 33.4 g F 29.5 g S 3.6 g | E 739 kcal P 35 g F 19.2 g S 2.7 g | E 745 kcal P 35.8 g F 18.9 g S 2.5 g | E 915 kcal P 27.3 g F 40.9 g S 2.7 g | E 893 kcal P 51.4 g F 25.0 g S 2.2 g | E 827 kcal P 24.1 g F 32.3 g S 2.7 g |
| Dinner | 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