

2019 June



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 スクランブルエッグ チキンナゲット フレンチトースト フルーツ	2 卵豆腐 焼きサバ 納豆 フルーツ
Lunch						タコライス トマトサルサ メキシカンコーン オレンジゼリー	冷やしおろしそば おにぎり スナップエンドウの温野菜 オレンジ
Dinner						あじフライ タルタルソース コーン&グリーンピース ポテトフライ かぼちゃスープ フルーツヨーグルト	麻婆茄子 春巻き 野菜炒め わかめスープ マンゴープリン

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
Breakfast	3 目玉焼き ソーセージ ツナマヨサンド フルーツ	4 スクランブルエッグ ベーコン パンケーキ フルーツ	5 目玉焼き ハム ハッシュドポテト フルーツ	6 スクランブルエッグ ソーセージ チーズトースト フルーツ	7 目玉焼き ベーコン ワッフル フルーツ	8 スクランブルエッグ チキンナゲット フレンチトースト フルーツ	9 卵豆腐 焼きサバ 納豆 フルーツ
Lunch	アマトリチャーナ バケット ミックスベジタブル ブラウニー	白身魚の幽庵焼き きぬさやのソテー 大根と人参の酢の物 マスカットゼリー	メキシカンピザ メキシカンコーン コールスロー パイナップル	鮭の塩焼き 焼きニンジン ほうれん草のおひたし キウイ	豚の生姜焼き ケチャップパスタ 茄子の煮びたし フルーツヨーグルト	牛皿 ポテトサラダ モヤシ炒め 桃ゼリー	鶏肉の香草焼き ガーリックポテト ハニーキャロット グレープフルーツ
Dinner	蒸し鶏の香味ソース掛け コロッケ いんげんのソテー 卵スープ 抹茶ゼリー	キーマカレー トマトと胡瓜のサルサ ガーリックオクラ コンソメスープ バナナ	豚バラとアスパラ炒め マッシュポテト ローストパプリカ トマトスープ バナナケーキ	牛ブルコギ チャプチェ ナムル わかめスープ マンゴープリン	油淋鶏 春巻き ブロッコリーの卵あんかけ 中華スープ キャロットケーキ	白身魚の中華甘酢あんかけ シュウマイ ガーリックいんげん 春雨スープ 梨のコンポート	ポークチャップ コーンバター スナップエンドウの温野菜 野菜スープ バナナケーキ

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

# 2019 June



# Kanazawa Institute of Technology

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast						1 Scrambled Eggs Nugget French Toast Fruits	2 Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch						Taco Rice Tomato Salsa Mexicali Corn Orange Jelly	Chilled Oroshi Soba Onigiri Steamed Snap Pea Orange
Dinner						Crumbed Horse Mackerel Corn & Green Peas French Fries Pumpkin Soup Fruit Yogurt	Mabo Eggplant Spring Rolls Stir Fried Vegetables Wakame Soup Mango Pudding

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast	3 Sunny Side Up Sausage Tuna Sandwiches Fruits	4 Scrambled Eggs Bacon Pancakes Fruits	5 Sunny Side Up Ham Hashed Potatoes Fruits	6 Scrambled Eggs Sausage Cheese Toast Fruits	7 Sunny Side Up Bacon Waffle Fruits	8 Scrambled Eggs Nugget French Toast Fruits	9 Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch	Spaghetti All'amatriciana Baguette Mix Vegetables Brownies	Yuan Style White Fish Sautéed Snow Peas Pickled Daikon & Carrot Muscat Jelly	Mexicali Pizza Mexican Corn Coleslaw Pineapple	Salt Grilled Salmon Roasted Carrot Spinach Ohitashi Kiwi	Ginger Pork Tomato Pasta Simmered Eggplant Fruits Yoghurt	Gyudon Beef Potato Salad Stir Fried Bean Sprout Peach Jelly	Herb Roasted Chicken Garlic Potato Honey Carrot Grape Fruit
Dinner	Steamed Chicken w. Asian Sauce Croquette Sauteed Green Beans Egg Drop Soup Matcha Jelly	Keema Curry Tomato & Cucumber Salsa Garlic Okra Clear Soup Banana	Stir Fried Pork w. Asparagus Mashed Potato Roasted Paprika Tomato Soup Vanilla Cake	Beef Bulgogi Chapchae Namul Wakame Soup Mango Pudding	Yurinchi Chicken Spring Rolls Broccoli Egg Ankake Chinese Soup Carrot Cake	Sweet & Sour Fish Shumai Garlic Green Beans Glass Noodle Soup Pear Compote	Pork Chop Buttered Corn Snap Peas Vegetable Soup Banana Cake

Cezars Kitchen menu does not contain nuts  
Menu may change depending on ingredient availability

2019 June



Kanazawa Institute of Technology

	月曜日 10	火曜日 11	水曜日 12	木曜日 13	金曜日 14	土曜日 15	日曜日 16
<b>Breakfast</b>	目玉焼き ソーセージ ツナマヨサンド フルーツ	スクランブルエッグ ベーコン パンケーキ フルーツ	目玉焼き ハム ハッシュドポテト フルーツ	スクランブルエッグ ソーセージ チーズトースト フルーツ	目玉焼き ベーコン ワッフル フルーツ	スクランブルエッグ チキンナゲット フレンチトースト フルーツ	卵豆腐 焼きサバ 納豆 フルーツ
<b>Lunch</b>	豚バラときぬさやの卵とし 枝豆 茄子の煮びたし 桃ゼリー	鮭のトマトパスタ ブロッコリーの温野菜 ローストキャロット チョコケーキ	セサミチキン いんげんのソテー ミックスベジタブル オレンジ	白身魚の香味ソース掛け ナムル 春雨サラダ バナナ	肉焼きそば ポテトサラダ 大根と人参の酢の物 抹茶ゼリー	ハンバーグ きぬさやのソテー ハニーキャロット キウイ	冷やしわかめ揚げうどん おにぎり 沢庵 水ようかん
<b>Dinner</b>	チキン南蛮 ミックスビーンズのソテー キャベツ&レモン わかめスープ メロン	牛肉ニラ炒め スナップエンドウの温野菜 ガーリック オクラ 卵スープ マンゴープリン	オレガノポーク マッシュポテト カボチャのロースト 野菜コンソメ マスカットゼリー	ラザニア バケット アスパラの温野菜 コーンスープ メープルケーキ	グリーンカレー トマトと胡瓜のサルサ バターコーン モロヘイヤのソテー タピオカミルク	鮭とジャガイモのマヨネーズ焼き スナップエンドウの温野菜 ヤングコーンのロースト トマトスープ バナナケーキ	角煮 茄子の煮びたし 三つ葉としめじのおひたし 揚げと大根の味噌汁 白玉団子 (きなこ)

	月曜日 17	火曜日 18	水曜日 19	木曜日 20	金曜日 21	土曜日 22	日曜日 23
<b>Breakfast</b>	目玉焼き ソーセージ ツナマヨサンド フルーツ	スクランブルエッグ ベーコン パンケーキ フルーツ	目玉焼き ハム ハッシュドポテト フルーツ	スクランブルエッグ ソーセージ チーズトースト フルーツ	目玉焼き ベーコン ワッフル フルーツ	スクランブルエッグ チキンナゲット フレンチトースト フルーツ	卵豆腐 焼きサバ 納豆 フルーツ
<b>Lunch</b>	回鍋肉 春巻き ブロッコリーのト卵あんかけ ブドウゼリー	白身魚の西京焼き わかめと大根の土佐酢和え 焼きカボチャ 梨のコンポート	親子丼 スナップエンドウの温野菜 いんげんの胡麻和え 桃ゼリー	鯖竜田揚げ ほうれん草のおひたし 浅漬け バナナ	豚バラ豆苗炒め 枝豆 みょうがときゅうりとわかめの酢の物 メロン	牛焼肉 ナムル ガーリックオクラ オレンジゼリー	プリマベアラパスタ バケット オニオンサラダ キウイ
<b>Dinner</b>	唐揚げ 茸と玉ねぎのバターソテー キャベツ&レモン ネギと豆腐の味噌汁 オレンジ	ポロネーゼ 彩り野菜のロースト ブロッコリーの温野菜 野菜コンソメ グレープフルーツ	ブルドポークサンドイッチ コールスロー フライドポテト かぼちゃスープ チョコケーキ	チリコンカン ケサディア セロリと人参のピクルス メキシカンスープ ブラウニー	イエローチキンカレー トマトサルサ カリフラワーのピクルス 茄子のロースト プリン	鮭と野菜のバターみそ焼き 茄子の煮びたし 大根サラダ 野菜の味噌汁 水ようかん	ガーリック ローストポーク マッシュポテト ミックスベジタブル コーンスープ バナナケーキ

Cezars Kitchen menu does not contain nuts  
Menu may change depending on ingredient availability

# 2019 June



# Kanazawa Institute of Technology

	Monday 10	Tuesday 11	Wednesday 12	Thursday 13	Friday 14	Saturday 15	Sunday 16
<b>Breakfast</b>	Sunny Side Up Sausage Tuna Sandwiches Fruits	Scrambled Eggs Bacon Pancakes Fruits	Sunny Side Up Ham Hashed Potatoes Fruits	Scrambled Eggs Sausage Cheese Toast Fruits	Sunny Side Up Bacon Waffle Fruits	Scrambled Eggs Nugget French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
<b>Lunch</b>	Egg Stir Fry Pork Edamame Eggplant Nibitashi Peach Jelly	Salmon w. Tomato Pasta Steamed Broccoli Roasted Carrot Chocolate Cake	Sesame Chicken Sautéed Green Beans Mixed Vegetables Orange	White Fish w. Asian Sauce Namul Glass Noodle Salad Banana	Pork Yakisoba Potato Salad Pickled Daikon & Carrot Matcha Jelly	Hamburg Steak Sautéed Snow Peas Honey Carrot Kiwi	Chilled Udon w. Kakiage Fry Onigiri Takuwan Pickles Mizuyokan
<b>Dinner</b>	Chicken Nanban Sautéed Mixed Beans Cabbage & Lemon Wakame Soup Melon	Beef & Leek Stir Fry Steamed Snap Peas Garlic Okra Egg Drop Soup Mango Pudding	Oregano Pork Mashed Potato Roasted Pumpkin Vegetable Clear Soup Muscat Jelly	Beef Lasagna Baguette Steamed Asparagus Corn Soup Maple Cake	Green Curry Tomato & Cucumber Salsa Buttered Corn Sautéed Mulukhiya Tapioca Milk	Mayonnaise Grilled Salmon & Potato Steamed Snap Pea Roasted Baby Corn Tomato Soup Vanilla Cake	Pork Kakuni Simmered Eggplant Mitsuba & Shimeji Mushroom Ohitashi Aburaage & Daikon Miso Soup Shiratama Dango (Kinako)

	Monday 17	Tuesday 18	Wednesday 19	Thursday 20	Friday 21	Saturday 22	Sunday 23
<b>Breakfast</b>	Sunny Side Up Sausage Tuna Sandwiches Fruits	Scrambled Eggs Bacon Pancakes Fruits	Sunny Side Up Ham Hashed Potatoes Fruits	Scrambled Eggs Sausage Cheese Toast Fruits	Sunny Side Up Bacon Waffle Fruits	Scrambled Eggs Nugget French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
<b>Lunch</b>	Hoikoro Spring Rolls Broccoli w. Egg Ankake Grape Jelly	Miso Grilled White Fish Pickled Wakame & Daikon Baked Pumpkin Pear Compote	Oyako Don Steamed Snap Pea Sesame Green Beans Peach Jelly	Tatsuta Fried Mackerel Spinach Ohitashi Asazuke Pickles Banana	Stir Fried Pork & Pea Sprout Edamame Pickled Myoga Ginger w. Cucumber Melon	Beef Yakiniiku Namul Garlic Okra Orange Jelly	Primavera Pasta Baguette Onion Salad Kiwi
<b>Dinner</b>	Chicken Karaage Buttered Mushroom & Onion Cabbage & Lemon Leek & Tofu Miso Soup Orange	Bolognese Colorful Vegetables Roast Steamed Broccoli Vegetable Clear Soup Grape Fruit	Pulled Pork Sandwiches Coleslaw French Fries Pumpkin Soup Chocolate Cake	Chili Con Cane Quesadilla Celery & Carrot Pickles Mexican Soup Brownies	Yellow Chicken Curry Tomato Salsa Pickled Cauliflower Roasted Eggplant Pudding	Miso Buttered Salmon w. Vegetables Simmered Eggplant Daikon Salad Vegetable Miso Soup Mizuyokan	Garlic Roast Pork Mashed Potato Mix Vegetables Corn Soup Banana Cake

Cezars Kitchen menu does not contain nuts  
Menu may change depending on ingredient availability

# 2019 June



# Kanazawa Institute of Technology

	月曜日 24	火曜日 25	水曜日 26	木曜日 27	金曜日 28	土曜日 29	日曜日 30
<b>Breakfast</b>	目玉焼き ソーセージ ツナマヨサンド フルーツ	スクランブルエッグ ベーコン パンケーキ フルーツ	目玉焼き ハム ハッシュドポテト フルーツ	スクランブルエッグ ソーセージ チーズトースト フルーツ	目玉焼き ベーコン ワッフル フルーツ	スクランブルエッグ チキンナゲット フレンチトースト フルーツ	卵豆腐 焼きサバ 納豆 フルーツ
<b>Lunch</b>	豚皿 浅漬け ごぼうサラダ 抹茶ゼリー	フィッシュフライ タルタルソース ポテトフライ スナップエンドウの温野菜 キャロットケーキ	タンドリーチキン ヨーグルトソース ガーリックブロッコリー カボチャのロースト りんごゼリー	照り焼きサーモン 小松菜のおひたし いんげんの胡麻和え 水ようかん	ゆで豚のおろしポン酢掛け アスパラガスの温野菜 オニオンサラダ バナナ	ロコモコ コーンバター ローストキャロット メープルケーキ	冷やし中華 蒸し鶏と錦糸卵 胡瓜とトマト イチゴゼリー
<b>Dinner</b>	ケイジャンチキンサンド コーンバター コールスロー オニオンスープ 桃のコンポート	チンジャオロース シュウマイ ナムル 卵スープ マンゴープリン	とんかつ キノコのソテー キャベツ&レモン 野菜の味噌汁 白玉団子 あんこ	ミートボール トマトソース ハーブペンネ グリーンピース&コーン コンソメスープ メロン	チキンカレー 福神漬けとらっきよ コロッケ いんげんのニンニク炒め バナナケーキ	鯖の南蛮漬け きぬさやの卵あんかけ 焼きかぼちゃ 里芋とごぼうの味噌汁 キウイ	ローストポーク オニオンソース ローストパプリカ 枝豆のバターソテー 野菜コンソメ オレンジ

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
<b>Breakfast</b>							
<b>Lunch</b>							
<b>Dinner</b>							

	Energy(kcal)	Protein(g)	Fat(g)	Carbohydrates(g)	Sodium(mg)
Breakfast	439	18.1	22.9	41.4	698
Lunch	658	29.3	27.8	72.3	906
Dinner	771	33.1	35.9	76.5	1475

Cezars Kitchen menu does not contain nuts  
Menu may change depending on ingredient availability

# 2019 June



# Kanazawa Institute of Technology

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
	24	25	26	27	28	29	30
Breakfast	Sunny Side Up Sausage Tuna Sandwiches Fruits	Scrambled Eggs Bacon Pancakes Fruits	Sunny Side Up Ham Hashed Potatoes Fruits	Scrambled Eggs Sausage Cheese Toast Fruits	Sunny Side Up Bacon Waffle Fruits	Scrambled Eggs Nugget French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch	Butadon Pork Asazuke Pickles Burdock Salad Matcha Jelly	Crumbed Fish w. Tar Tar French Fries Steamed Snap Peas Carrot Cake	Tandoori Chicken Garlic Broccoli Roasted Pumpkin Apple Jelly	Teriyaki Salmon Komatsuna Ohitashi Sesame Green Beans Mizuyokan	Pork w. Oroshi Ponzu Sauce Steamed Asparagus Onion Salad Banana	Loco Moco Buttered Corn Roasted Carrot Maple Cake	Chilled Ramen <small>Steamed Chicken w. Julienned Omelet</small> Cucumber & Tomato Strawberry Jelly
Dinner	Cajun Chicken Sandwich Buttered Corn Coleslaw Onion Soup Peach Compote	Chinjao Rosu Shumai Namul Egg Drop Soup Mango Pudding	Tonkatsu Sautéed Mushroom Cabbage & Lemon Vegetable Miso Soup Shiratama Dango (Anko)	Meatball w. Tomato Sauce Herb Penne Green Peas & Corn Clear Soup Melon	Chicken Curry Fukujinzuke & Rakkyo Pickles Croquette Garlic Green Beans Vanilla Cake	Mackerel Nanbanzuke Snow Pea w. Egg Ankake Baked Pumpkin Simmered Taro & Burdock Kiwi	Roast Pork w. Onion Sauce Roasted Paprika Buttered Edamame Vegetable Clear Soup Orange

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
Breakfast							
Lunch							
Dinner							

	Energy(kcal)	Protain(g)	Fat(g)	Carbohydrates(g)	Sodium(mg)
Breakfast	439	18.1	22.9	41.4	698
Lunch	658	29.3	27.8	72.3	906
Dinner	771	33.1	35.9	76.5	1475

Cezars Kitchen menu does not contain nuts  
Menu may change depending on ingredient availability