February 2020

CEZARS™ KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★：「世界の料理からお気に入りを選ぼう」調査の人気Best10メニュー！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						1	2
Breakfast						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
Lunch						牛焼肉 ナムル ブロッコリーの温野菜 オレンジ	バターチキン★ カボチャのロースト ガーリックオクラ パイナップル
Dinner						ローストチキン　クリームソース 人参のロースト アスパラガスの温野菜 コンソメスープ チョコケーキ	角煮 ほうれん草のおひたし レンコンのきんぴら 味噌汁 白玉団子　きなこ

	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	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
Lunch	鶏チャーシュー 野菜炒め 春巻き イチゴゼリー	広東焼きそば ナムル キムチ マンゴープリン	ガパオライス★ サルサ オクラの温野菜 キウイ	鯖竜田揚げ 浅漬け キャベツ＆レモン パイナップル	照り焼きチキン きんぴらごぼう ほうれん草のおひたし みかん	ハンバーガー★ ポテトフライ 春雨サラダ 桃のコンポート	親子丼 沢庵 ポテトサラダ バナナ
Dinner	鮭とキノコのホイル焼き 小松菜のソテー いんげんの胡麻和え 豆腐とねぎの味噌汁 バナナ	ビーフシチュー バケット ガーリックブロッコリー コンソメスープ オレンジ	豚キムチ チャプチェ ジャガイモのロースト たまごスープ マスカットゼリー	ボロネーゼ バターコーン 玉ねぎとキノコのソテー トマトスープ ブラウニー	ローストポーク　デミグラスソース ハニーキャロット ミックスベジタブル オニオンスープ メロンゼリー	鶏大根 かぼちゃの煮物 小松菜のおひたし 野菜の味噌汁 白玉団子　あんこ	麻婆豆腐★ 野菜の中華胡麻和え 焼売 わかめスープ ココナッツケーキ

シーザースキッチンの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

February 2020

CEZARS™ KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★: Winners (Best 10) of the "Choose your favorite meal from the World" ！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						1	2
Breakfast						Scrambled Eggs Nuggets French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch						Beef Yakiniku Namul Steamed Broccoli Orange	Butter Chicken ★ Roasted Pumpkin Garlic Okra Pineapple
Dinner						Roast Chicken w. Cream Sauce Roasted Carrot Steamed Asparagus Consommé Soup Chocolate Cake	Pork Kakuni Spinach Ohitashi Lotus Root Kimpira Miso Soup Shiratama Dango (Kinako)

	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	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 Nuggets French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch	Chicken Chashu Stir Fried Vegetables Spring Rolls Strawberry Jelly	Chinese Pork Yakisoba Noodles Namul Kimchi Mango Pudding	Gap Rao Rice ★ Salsa Steamed Okra Kiwi	Mackerel Tatsuta Fry Asazuke Pickles Cabbage & Lemon Pineapples	Teriyaki Chicken Kimpira Gobo Spinach Ohitashi Mikan	Hamburger ★ Potato Fries Harusame Salad Peach Compote	Oyako Don Takuwan Pickles Potato Salad Banana
Dinner	Grilled Salmon & Mushroom in Foil Sautéed Komatsuna Sesame Green Beans Tofu & Leek Miso Soup Banana	Beef Stew Baguette Garlic Broccoli Clear Soup Orange	Pork Kimchi Chapchae Roasted Potato Egg Drop Soup Muscat Jelly	Bolognese Pasta Buttered Corn Sautéed Onion & Mushroom Tomato Soup Brownie	Roast Pork w. Demi Sauce Honey Carrot Mix Vegetables Onion Soup Melon Jelly	Simmered Chicken & Daikon Pumpkin Nimono Komatsuna Ohitashi Vegetable Miso Soup Shiratama Dango (Anko)	Mabo Tofu ★ Chinese Vegetable w. Sesame Shumai Wakame Soup Coconut Cake

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

February 2020

CEZARS™ KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★：「世界の料理からお気に入りを選ぼう」調査の人気Best10メニュー！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10	11	12	13	14	15	16
Breakfast	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
Lunch	ハニーマスタードチキン 人参のロースト ブロッコリーの温野菜 ブドウゼリー	豚生姜焼き ほうれん草のおひたし 大根と人参の酢の物 キウイ	酢鳥 ナムル キムチ マンゴープリン	フィッシュフライ　タルタルソース ローストポテト オニオンリング バナナ	セサミチキン 小松菜のおひたし きんぴらレンコン イチゴゼリー	牛丼 野菜の浅漬け 焼売 桃ゼリー	ピザ★ ジャガイモのロースト コールスローサラダ ブラウニー
Dinner	ぶりの唐揚げ ゆず白菜 キャベツ＆レモン わかめの味噌汁 オレンジ	牛とごぼうのしぐれ煮 焼きカボチャ キノコと揚げの和え物 野菜の味噌汁 抹茶ゼリー	豚バラ大根 野菜炒め オクラの温野菜 卵スープ 梨のコンポート	ラザニア★ ガーリックいんげん 彩り野菜のロースト トマトスープ チョコケーキ	豚肉のカレートマト煮 バケット アスパラガスの温野菜 コンソメスープ フルーツクランブル	チキンファヒータ★ サルサ ガーリックブロッコリー メキシカンスープ パイナップル	回鍋肉 もやしとニラの炒め物 胡瓜と大根のキムチ わかめスープ メロンゼリー

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	17	18	19	20	21	22	23
Breakfast	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
Lunch	鶏の味噌漬け焼き 焼きカボチャ いんげんの胡麻和え みかん	焼きそば 春雨サラダ ガーリックオクラ キウイ	グリーンカレー 豆もやしとニラのナムル ブロッコリーの温野菜 バナナ	シーフードトマトパスタ 玉ねぎとキノコのソテー バターコーン イチゴゼリー	鶏のネギ炒め 春巻き ブロッコリーとトマトの卵あんかけ マンゴープリン	ハンバーガー★ フライドポテト コールスローサラダ パイナップル	チキン南蛮うどん 沢庵 野菜炒め 桃ゼリー
Dinner	ベイクドサーモン　クリームソース 焼きニンジン バターコーン 野菜コンソメスープ バニラケーキ	ストロガノフ★ バケット アスパラガスの温野菜 かぼちゃスープ ブドウゼリー	肉じゃが きんぴらごぼう ほうれん草のおかか和え わかめスープ 白玉団子　きなこ	ミートパイ★ ポテトサラダ ガーリックいんげん コーンスープ オレンジ	豚丼 野菜炒め オクラの温野菜 卵スープ 桃のコンポート	チキンカレー コロッケ 福神漬け＆らっきょ ネギと豆腐の味噌汁 抹茶ゼリー	ポークステーキ　オニオンソース ハニーキャロット ガーリックポテト コンソメスープ ブラウニー

シーザースキッチンの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

February 2020

CEZARS™ KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★: Winners (Best 10) of the "Choose your favorite meal from the World" ！

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	10	11	12	13	14	15	16
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 Nuggets French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch	Honey Mustard Chicken Roasted Carrot Steamed Broccoli Grape Jelly	Pork Shogayaki Spinach Ohitashi Daikon & Carrot Sunomono Kiwi	Sweet & Sour Chicken Namul Kimchi Mango Pudding	Breaded Fish w. Tartar Roast Potato Wedges Onion Rings Banana	Sesame Chicken Komatsuna Ohitashi Lotus Root Kimpira Strawberry Jelly	Gyudon Vegetable Asazuke Shumai Peach Jelly	Pizza★ Roast Potato Coleslaw Salad Brownie
Dinner	Yellow Tail Karaage Yuzu Chinese Cabbage Cabbage & Lemon Wakame Miso Soup Orange	Shigure-ni Beef & Burdock Baked Pumpkin Mushroom & Age Vegetable Miso Soup Matcha Jelly	Pork Belly & Daikon Nimono Stir Fried Vegetables Steamed Okra Egg Drop Soup Pear Compote	Beef Lasagna ★ Garlic Green Beans Roasted Colorful Vegetables Tomato Soup Chocolate Cake	Tomato Curry Pork Baguette Steamed Asparagus Consommé Soup Fruits Crumble	Chicken Fajitas ★ Tomato Salsa Garlic Broccoli Mexican Soup Pineapple	Pork Hoikoro Stir Fried Bean Sprouts & Chinese Chive Cucumber & Daikon Kimchi Wakame Soup Melon Jelly

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	17	18	19	20	21	22	23
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 Nuggets French Toast Fruits	Egg Tofu Grilled Mackerel Natto Fruits
Lunch	Miso Grilled Chicken Baked Pumpkin Sesame Green Beans Mikan	Pork Yakisoba Noodles Harusame Salad Garlic Okra Kiwi	Green Curry Soy Bean Sprout & Chinese Chives Namul Steamed Broccoli Banana	Seafood Tomato Pasta Sautéed Onion & Mushroom Buttered Corn Strawberry Jelly	Stir Fried Chicken & Leeks Spring Rolls Broccoli & Tomato Egg Ankake Mango Pudding	Hamburger★ Potato Wedges Coleslaw Pineapple	Chicken Namban Udon Takuwan Pickles Stir Fried Vegetables Peach Jelly
Dinner	Baked Salmon w. Cream Sauce Grilled Carrot Buttered Corn Vegetable Consommé Soup Vanilla Cake	Beef Stroganoff★ Baguette Steamed Asparagus Pumpkin Soup Grape Jelly	Pork Nikujaga Kimpira Gobo Spinach w. Bonito Flakes Wakame Soup Shiratama Dango (Kinako)	Meat Pie★ Potato Salad Garlic Green Beans Corn Soup Orange	Pork Don Stir Fried Vegetables Steamed Okra Egg Drop Soup Peach Compote	Chicken Curry Potato Croquette Fukujinzuke & Rakkyo Pickles Tofu & Leek Miso Soup Matcha Jelly	Pork Steak w. Onion Sauce Honey Carrot Garlic Potato Consommé Soup Brownie

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

February 2020

CEZARS KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★：「世界の料理からお気に入りを選ぼう」調査の人気Best10メニュー！

	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	
Breakfast	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	
Lunch	鶏肉とキノコのガーリックパスタ ミックスベジタブル ブロッコリーの温野菜 キウイ	豚焼肉 野菜炒め オクラの温野菜 メロンゼリー	親子丼 胡瓜とわかめの酢の物 小松菜のおひたし バナナ	アジフライ　タルタルソース ポテトフライ いんげんの温野菜 イチゴゼリー	鶏と野菜の中華炒め 春巻き 中華胡麻和え ココナッツケーキ	ハンバーグ ハニーキャロット ベイクドポテト バナナ	
Dinner	白身魚の唐揚げ　中華あんかけソース ナムル 春雨サラダ わかめスープ マンゴープリン	ビーフナチョス サルサ＆チーズソース メキシカンコーンとコーントルティーアチップス メキシカンスープ パイナップル	とんかつ　★ 浅漬け キャベツ＆レモン 野菜の味噌汁 バニラケーキ	牛バラの角煮 きんぴらごぼう ほうれん草の胡麻和え 豆腐とねぎの味噌汁 オレンジ	BBQポーク ガーリックいんげん ミックスベジタブル 野菜コンソメ フルーツクランブル	唐揚げ　★ キノコと玉ねぎのソテー キャベツ＆レモン 味噌汁 白玉団子　きなこ	

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
Breakfast							
Lunch							
Dinner							

	Energy(kcal)	Protain(g)	Fat(g)	Carbohydrates(g)	Sodium(mg)
Breakfast	414	19.4	24.5	29.3	772
Lunch	767	29.6	26.4	98.3	1261
Dinner	801	28.2	28.9	102.3	1479

シーザースキッチンの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

February 2020

CEZARS KITCHEN

Kanazawa Institute of Technology

★: Winners (Best 10) of the "Choose your favorite meal from the World" ！

	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	
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 Nuggets French Toast Fruits	
Lunch	Chicken & Mushroom Garlic Pasta Mixed Vegetables Steamed Broccoli Kiwi	Pork Yakiniku Stir Fried Vegetables Steamed Okra Melon Jelly	Oyako Don Cucumber & Wakame Sunomono Komatsuna Ohitashi Banana	Fried Horse Mackerel w. Tartar Potato Wedges Steamed Green Beans Strawberry Jelly	Chicken & Vegetables Wok Fry Spring Rolls Chinese Sesame Vegetables Coconut Cake	Hamburg Steak Honey Carrot Baked Potatoes Banana	
Dinner	White Fish Karaage w. Chinese Ankake Namul Harusame Salad Wakame Soup Mango Pudding	Beef Nachos Salsa & Cheese Sauce Mexican Corn w. Tortilla Chips Mexican Soup Pineapple	Pork Katsu ★ Asazuke Pickles Cabbage & Lemon Vegetable Miso Soup Vanilla Cake	Beef Belly Kakuni Kimpira Gobo Sesame Spinach Tofu & Leek Miso Soup Orange	BBQ Pork Garlic Green Beans Mixed Vegetables Vegetable Consommé Fruits Crumble	Chicken Karaage ★ Sautéed Onion & Mushroom Cabbage & Lemon Miso Soup Shiratama Dango (Kinako)	

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
Breakfast							
Lunch							
Dinner							

	Energy(kcal)	Protain(g)	Fat(g)	Carbohydrates(g)	Sodium(mg)
Breakfast	414	19.4	24.5	29.3	772
Lunch	767	29.6	26.4	98.3	1261
Dinner	801	28.2	28.9	102.3	1479

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