

September 2019



Osaka YMCA International School

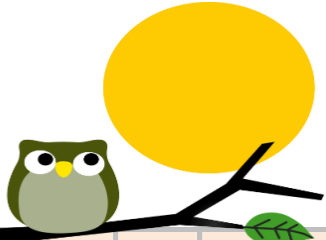



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
2 牛肉コロッケ ご飯 ほうれん草のおひたし プリン	3 豚の味噌炒め ご飯 人参ナムル フルーツ	4 チキン南蛮 ご飯 コーンサラダ フルーツ	5 照り焼きチキン ご飯 コールスローサラダ キャロットケーキ	6 豆腐チャンプル ご飯 青のりポテトビーンズ フルーツ
9 野菜と蒸し豚の黒ごまソース そばご飯 人参キャラメリゼ フルーツ	10 ウインナー炒め オムライス 野菜サラダ フルーツ	11 スクランブルエッグ タコライス アスパラサラダ おから入りドーナツ	12 鯖のカレー焼き ご飯 春雨マヨサラダ フルーツ	13 ナポリタンスパゲッティ フォカッチャ 野菜サラダ フルーツ
16  焼きそば ご飯 ブロッコリーサラダ フルーツ	17 鶏の唐揚げ チャーハン 小松菜の煮びたし フルーツ	18 鮭のちゃんちゃん焼き ご飯 モヤシのナムル プリン	19 牛焼肉 ご飯 マカロニサラダ フルーツ	20
23  ギョウザ 天津飯 コールスローサラダ マンゴープリン	24 豚肉のカレーソテー ご飯 ほうれん草のバターソテー フルーツ	25 煮込みハンバーグ ご飯 キュウリとトマトのマヨサラダ パンナコッタ	26 鶏肉の甘酢ソース ご飯 水菜のお浸し フルーツ	27
30 白身魚のフリッター ご飯 にんじんのラペ フルーツ				

シーザースキッチンレシピはナッツを使用していません。
食材の仕入れ状況によりメニューを変更する場合がございます。

September 2019



Osaka YMCA International School

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
2 Beef Croquette White Rice Spinach Ohitashi Pudding	3 Miso Pork Stir-fry White Rice Carrot Namul Fruits	4 Chicken Namban White Rice Corn Salad Fruits	5 Teriyaki Chicken White Rice Coleslaw Salad Carrot Cake	6 Tofu Champuru White Rice Nori Potato & Beans Fruits
9 Pork & Vegetables w. Sesame Sauce Japanese Soboro Rice Caramelized Carrots Fruits	10 Stir fried Sausages Japanese Omelet Rice Vegetable Salad Fruits	11 Scrambled Eggs Taco Rice Asparagus Salad Okara Doughnut	12 Curried Mackerel White Rice Harusame Salad Fruits	13 Spaghetti Napolitana Focaccia Vegetable Salad Fruits
16  16 Yakisoba White Rice Broccoli Salad Fruits	17 Chicken Karaage Fried Rice Komatsuna Nibitashi Fruits	18 Steam Fried Salmon w. Vegetables White Rice Bean Sprouts Namul Pudding	19 Beef Yakiniku White Rice Macaroni Salad Fruits	20
23  23 Gyoza Chinese Omelet w. Rice Coleslaw Mango Pudding	24 Curried Pork White Rice Spinach Garniture Fruits	25 Simmered Hamburg Steak White Rice Cucumber & Tomato Salad Panna Cotta	26 Sweet & Sour Chicken White Rice Mizuna Ohitashi Fruits	27
30 Battered White Fish White Rice Carrot Rappe Fruits				

Cezars Kitchen does not use nuts in our recipes
Menu may change depending on ingredient availability