

世田谷ラグビースクール様 食事メニュー

7月27日

夕食

サラダ・ミニトマト
ごぼうサラダ (きゅうり)
胡麻ドレッシング
5種野菜のバスタサラダ
バジルチーズドレッシング
チキン香揚げ (甘酢だれ)
コールスロー
シーフードマリネ (きゅうり)
焼売
サーモングリル
ブロッコリー
ハネジューメロン
かき玉汁 (ほうれん草)
ご飯

7月28日

朝食

サラダ・ミニトマト
フレンチ赤ドレッシング
ロースハム
ウィンナー
ミートオムレツ
ケチャップ
ひじきと豆のサラダ
グレープフルーツ
野菜スープ (キャベツ・ブロッコリー・コーン)
ヨーグルト (いちご)
牛乳

(パン)

ブルーベリージャム&マーガリン
テーブルロール
(おかわり用) ご飯・たらこふりかけ

昼食

麻婆丼
冷し中華
(むしどり・わかめ)
タレ・
りんごゼリー
オレンジジュース

夕食

サラダ・ミニトマト
パンプキンサラダ
フレンチ白ドレッシング
豚冷しゃぶ
ゆでもやし
三色ビーマン炒め
オニオンドレッシング
チキンフィレスティック (のり塩味)
いんげんの生姜醤油和え
赤魚ガーリックオイル焼き
味付オクラ
オレンジ
なめこ汁 (なめこ 豆腐 ネギ)
ご飯

7月29日

朝食

サラダ・ミニトマト
フレンチ白ドレッシング
ロースハム
厚焼玉子
マカロニサラダ
きんぴらごぼう
味噌焼き
味付海苔
納豆
乳酸飲料 (クローラ)
味噌汁 (白菜・焼麩)
ご飯

昼食

豚丼
紅生姜
うどん (ほうれん草)
つゆ
オレンジジュース

夕食

サラダ・ミニトマト
15種のヘルシーサラダ
シーザーサラダドレッシング
ナポリタン
緑の野菜サラダ
チキン炙り焼き
えのきとわかめの酢の物
大学芋
キウイフルーツ
フライドフィッシュ
タルタルソース
ブロッコリー
コーンポタージュ
ご飯

7月30日

朝食

サラダ・ミニトマト
フレンチ赤ドレッシング
ロースハム
ウィンナー
スクランブルエッグ
ケチャップ
ほうれん草コンソメ和え
グレープフルーツ
わかめスープ (わかめ・玉ねぎ)
ヨーグルト (プレーン)
牛乳

昼食

カレー
福神漬
オレンジゼリー
アップルジュース

(パン)

いちごジャム&マーガリン
テーブルロール
黒糖ロール
(おかわり用) ご飯・すきやきふりかけ