

November 2020

Lunch Menu



OKINAWA CHRISTIAN
SCHOOL INTERNATIONAL
EST. 1957

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 Ginger Pork Okonomiyaki Style Cabbage Daikon Radish & Mizuna Leaves Salad White Rice	3 Tandoori Chicken Sauteed Colorful Peppers Moroccan Salad White Rice	4 White Fish Curry Fritter Vegetable Stew Tomato & Eggplant Marinade White Rice	5 Yakiniku Beef Stir Fried Pepper & Bamboo Shoot w. Oyster Sauce Bean Sprout & Carrot Namul White Rice	6 Bolognese Pasta Oven Baked Pumpkin w. Cream Cheese Fruit & Green Salad Pasta
9 Chili Con Carne Sauteed Peppers Tomato Salsa & Corn Chips Tortillas	10 Stir Fried Pork w. Tomato Ketchup Steamed Broccoli Tuna & Vegetable Salad Mac & Cheese	11 Herb Crusted Salmon Cheese Baked Eggplant & Tomato Corn Salad White Rice	12 Chicken Namban Hearty Vegetable Omelet Harusame Salad White Rice	13 Hashed Beef Sauteed Green Beans w. Tuna Mayonnaise Glazed Carrot Mashed Potato
16 Pork Yakisoba Tofu & Wakame Miso Soup Black Sesame Green Beans White Rice	17 White Fish Garlic Butter Sauté Garlic Mushroom & Asparagus Macaroni Salad White Rice	18 Chicken Karaage Steamed Pumpkin w. Ankake Tofu & Shiso Leaves Salad White Rice	19 BBQ Beef Ajillo Style Broccoli & Cauliflower Carrot Rape White Rice	20 Taco Meat Paprika & Mixed Beans Lettuce & Tomato White Rice
23 Meat Balls Tomato Stew Grilled Asparagus Consommé Braised Spinach Buttered Potato	24 Pork Katsu Kimpira Burdock Coleslaw w. Sesame Dressing White Rice	25 Cheese Hamburg Steak Sauteed Edamame & Carrot Mix Vegetables Caesar Salad Potato Wedges	26 No Lunch	27 No Lunch
30 Creamy Salmon & Spinach Eggplant Tomato Stew Mixed Vegetables w. Yoghurt Dressing Penne w. Mushroom Sauce				

At Okinawa Christian School International, Cezars Kitchen does not use Nuts in any of our recipes.

The Lunch Service has White Rice as an option every operation day even on days it's not on the menu list.

www.cezarskitchen.com

CEZARS
KITCHEN

November 2020

Lunch Menu



OKINAWA CHRISTIAN
SCHOOL INTERNATIONAL
EST. 1957

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 豚の生姜焼き キャベツのお好み焼き風 大根と水菜のサラダ ごはん	3 タンドリーチキン 彩りピーマンのソテー モロカンサラダ ごはん	4 白身魚のフリッターカレー風味 野菜のスープ煮 トマトと茄子のマリネ ごはん	5 ビーフ焼肉 ピーマンと筍のオイスターソース炒め もやしと人参のナムル ごはん	6 ボロネーゼパスタ かぼちゃのオーブン焼きクリームチーズ フルーツとグリーンサラダ パスタ
9 チリコンカン ピーマンソテー トマトサルサとコーンチップス トルティーヤ	10 ポークチャップ ブロッコリーの温野菜 ツナと野菜のサラダ マカロニチーズ	11 サーモンの香味フライ 茄子とトマトのチーズ焼き コーンサラダ ごはん	12 チキン南蛮 野菜たっぷりオムレツ 春雨サラダ ごはん	13 ハッシュドビーフ インゲンのツナマヨソテー キャロットグラッセ マッシュポテト
16 ポーク焼きそば 豆腐とワカメの味噌汁 インゲンの黒胡麻和え ごはん	17 白身魚のガーリックバター キノコとグリーンアスパラのペペロンチーノ風 マカロニサラダ ごはん	18 チキン唐揚げ 蒸しかぼちゃのあんかけ 豆腐と青じそのサラダ ごはん	19 BBQビーフ ブロッコリーとカリフラワーのアヒージョ風 キャロットラペ ごはん	20 タコライス パプリカとミックスビーンズ レタスとトマト ごはん
23 ミートボールトマト煮 グリルアスパラ ほうれん草の洋風お浸し バターポテト	24 ロースとんかつ きんぴらごぼう コールスローごまドレッシング ごはん	25 チーズハンバーグ 枝豆とにんじんのソテー ミックス野菜シーザーサラダ ポテトフライ	26 No Lunch	27 No Lunch
30 サーモンとほうれん草のクリーム煮 ナスのトマト煮 ミックス野菜ヨーグルトドレッシング マッシュルームソースパンネ				

シーザースキッチンでは沖縄クリスチャンスクールインターナショナルでレシピにナッツを使用していません。

ごはんはメニューに記載がない日もオプションで提供させていただいております。