

March 2021

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
1 牛丼 ひよこ豆の甘辛炒め カリフラワーとオリーブのサラダ ごはん	2 ヤンニョムチキン 大根と人参の煮付け ほうれん草と錦糸卵のナムル ごはん	3 カレーうどん レンコンといんげんのきんぴら 果物 焼きおにぎり	4 オムライス ナスとトマトのチーズ焼き グリーンサラダ ごはん	5 フィッシュバーガー たっぷり野菜スープ 千切りキャベツ フレンチフライ
8 とんかつ じゃがいもとツナのグリル キャベツサラダ ごはん	9 チキンのオイスターソース焼き セロリのガーリック炒め きゅうり、トマト ごはん	10 ミートローフ ピーマンと玉ねぎのソテー キャロットラペ ごはん	11 シーフードピラフ マカロニチーズ 野菜スープ 彩りサラダ	12 焼きそば 冬瓜の煮物 スナップエンドウのおひたし コーンご飯
15 肉団子の甘酢あん アスパラとヤングコーンソテー 白菜のサラダ ごはん	16 照り焼きチキン じゃがいもといんげんの煮物 わかめサラダ ごはん	17 ラザニア グリーンピースとコーンのソテー きゅうり、トマト ガーリックライス	18 シャケとじゃがいもの重ね焼き 人参のグリル 豆苗サラダ ごはん	19 No Lunch
22 ハンバーグ マッシュルームソース ほうれん草とベーコンのソテー 人参とコーンのサラダ ごはん	23 ガパオライス 目玉焼き 野菜スープ きゅうり トマト ごはん	24 プルコギ さつまいもの甘煮 チョレギサラダ ごはん	25 肉じゃが 大根とわかめの味噌汁 冷奴 ゴマチャーハン	26 ベーコンと野菜のピザ ブロッコリーソテー シーザーサラダ 果物
29 麻婆豆腐 かぼちゃのグリル 大根サラダ ごはん	30 チキンの香味パン粉焼き カリフラワーのチーズ焼き トマトポン酢ジュレサラダ ごはん	31 ドライカレー 白菜ソテー グリーンサラダ ごはん		

シーザースキッチンが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。

March 2021

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
1 Gyudon Beef Sweet Chili Garbanzo Cauliflower & Olive Salad White Rice	2 Korean Yangnyeom Chicken Simmered Daikon & Carrot Spinach & Shredded Egg Omelet Namul White Rice	3 Japanese Pork Curry Udon Lotus Root & Green Beans Kimpira Fruit Grilled Rice Ball	4 Omelet Rice Cheese Grilled Eggplant & Tomato Green Salad White Rice	5 Fish Burger Hearty Vegetable Soup Shredded Cabbage French Fries
8 Pork Katsu Grilled Potato & Tuna Cabbage Salad White Rice	9 Grilled Chicken w. Oyster Sauce Garlic Celery Cucumber & Tomato White Rice	10 Meatloaf Sauteed Pepper & Onion Carrot Rapee White Rice	11 Seafood Pilaf Macaroni & Cheese Vegetable Soup Colorful Salad	12 Pork Yakisoba Simmered Wax Gourd Snap Pea Ohitashi Corn Rice
15 Sweet & Sour Meat Balls Sauteed Asparagus & Baby Corn Chinese Cabbage Salad White Rice	16 Teriyaki Chicken Simmered Potato & Green Beans Wakame Salad White Rice	17 Beef Lasagna Sauteed Green Peas & Corn Cucumber & Tomato Garlic Rice	18 Roasted Salmon & Potato Stacks Grilled Carrot Pea Sprout Salad White Rice	19 No Lunch
22 Hamburg Steak w. Mushroom Sauce Sauteed Spinach & Bacon Carrot & Corn Salad White Rice	23 Gaprao Rice w. Fried Egg Vegetable Soup Cucumber & Tomato White Rice	24 Beef Bulgogi Simmered Sweet Potato Choregi Salad White Rice	25 Pork Nikujaga Daikon & Wakame Miso Soup Tofu Hiyayakko Sesame Fried Rice	26 Bacon & Vegetable Pizza Sauteed Broccoli Caesar Salad Fruit
29 Mabo Tofu Grilled Pumpkin Daikon Salad White Rice	30 Herb Crusted Chicken Cheese Grilled Cauliflower Tomato Salad w. Ponzu Jelly Sauce White Rice	31 Pork Keema Curry Sauteed Chinese Cabbage Green Salad White Rice		

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.