


January 2022

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3 No School	4 No School	5 Pork Loin Katsu Sauteed Snap Peas Coleslaw White Rice	6 Teriyaki Chicken Fried Potatoes Colorful Salad White Rice	7 Saikyo Miso Grilled White Fish Sauteed Broccoli Wakame & Mizuna Leaves Salad White Rice
10 Sweet & Sour Chicken Sauteed Green Beans Colorful Salad White Rice	11 Stir Fried Beef w. Oyster Sauce Roasted Potato Daikon Salad Vegetable Mixed Rice	12 Chicken w. White Sauce Japanese Simmered Pumpkin Spinach Ohitashi White Rice	13 Meatballs Tomato Stew Sauteed Green Beans & Bacon Tofu & Mizuna Leaves Salad White Rice	14 Tandoori Chicken Roasted Vegetables Okra & Mushrooms Salad White Rice
17 No School	18 Fried Chicken Simmered Chinese Cabbage Macaroni Salad White Rice	19 Beef Stroganoff Sauteed Cauliflower Green Beans & Crab Cakes Salad Butter Rice	20 Sweet & Chili Chicken Baked Broccoli w. Mayonnaise Vegetable Salad White Rice	21 Fish Burger Fried Potatoes Lettuce & Tomato Fruits
24 Chicken & Root Vegetables Consommé Stew Sauteed Broccoli & Cauliflower Pumpkin Salad White Rice	25 Mabo Tofu Grilled Eggplant Komatsuna Ohitashi White Rice	26 Chicken Meat Sauce Organic Spaghetti Garlic Sauteed Daikon Seafood Salad Fruit 	27 Fish Tempura Japanese Savory Carrot & Daikon Cucumber & Wakame Salad White Rice	28 Japanese Simmered Chicken & Root Vegetables Sauteed Snap Peas Potato Salad Takikomi Seasoned Rice
31 Hamburg Steak w. Curry Sauce Steamed Vegetables Bean Sprout 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.

January 2022

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
3 No School	4 No School	5 豚ロースカツ スナップエンドウソテー コールスロー ごはん	6 チキンの照り焼き フライドポテト 彩サラダ ごはん	7 白身魚の西京焼き ブロッコリーのソテー わかめと水菜のサラダ ごはん
10 チキンの甘酢あんかけ インゲンのソテー カラフルサラダ ごはん	11 牛肉のオイスターソース炒め ジャガイモのロースト 大根と貝割れのサラダ 野菜の混ぜごはん	12 チキンのホワイトソース かぼちゃの煮物 ほうれん草のおひたし ごはん	13 ミートボールのトマト煮 インゲンとベーコンソテー 豆腐と水菜サラダ ごはん	14 タンドリーチキン 野菜のロースト オクラとキノコのサラダ ごはん
17 No School	18 フライドチキン 白菜の煮込み マカロニサラダ ごはん	19 ビーフストロガノフ カリフラワーのソテー インゲンとかにかまぼこのサラダ バターライス	20 チキンの甘辛煮込み ブロッコリーのマヨネーズ焼き 野菜サラダ ごはん	21 フィッシュバーガー フライドポテト レタス、トマト フルーツ
24 チキンと根菜のブイヨン煮 ブロッコリーとカリフラワーのソテー かぼちゃのサラダ ごはん	25 マーボー豆腐 焼きナス 小松菜おひたし ごはん	26 チキンミートソース スパゲッティ 大根ガーリックソテー シーフードサラダ フルーツ	27 魚の天ぷら 人参と大根の甘辛煮 きゅうりとわかめのサラダ ごはん	28 チキンの筑前煮 スナップエンドウソテー ポテトサラダ たきこみごはん
31 ハンバーグカレーソース 蒸し野菜 もやしのサラダ 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。