

May 2022

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 No Lunch	3 Taco Rice Steamed Vegetables Lettuce & Tomato w. Cheese White Rice	4 Sautéed Chicken w. BBQ Sauce Sautéed Broccoli Coleslaw White Rice	5 Miso Pork & Eggplant Stir Fry Garlic Okra Harusame Salad White Rice	6 Egg Simmered Chicken Katsu Buttered Snap Pea Seaweed Salad White Rice
9 Fish Karaage w. Sweet & Sour Sauce Sautéed Green Beans & Bacon Spinach Ohitashi White Rice	10 Chicken Curry Stew Roasted Eggplant & Paprika Carrot & Raisin Salad Butter Rice	11 Beef & Pepper Oyster Sauce Stir Fry Boiled Potato Daikon Salad White Rice	12 Roasted Chicken w. Mustard Sauce Fried Potato Cauliflower Salad White Rice	13 Sweet & Sour Pork Stir Fried Daikon Bean Sprout Namul White Rice
16 Teriyaki Chicken Stir Fried Cabbage Tomato & Avocado Salad White Rice	17 Fish Tempura Grilled Eggplant Mung Beans & Cabbage Salad White Rice	18 Simmered Chicken & Daikon Roasted Pumpkin Tofu & Mizuna Salad White Rice	19 Saikyo Grilled Fish Broccoli Tempura Potato Salad White Rice	20 Chicken & Mushroom Tomato Spaghetti Caesar Salad Pineapple Toast
23 Creamy Meatball & Spinach Egg Simmered Carrot Broccoli & Tuna Salad White Rice	24 Chicken Namban Sautéed Potato & Bacon Sesame Green Beans White Rice	25 Miso Pork & Eggplant Stir Fry Fried Tofu Corn Salad White Rice	26 Chicken Fajitas Steamed Vegetables Okra w. Bonito Flakes White Rice	27 Seafood Macaroni Gratin Broccoli w. Ankake Sauce Banana Bread Rolls
30 No Lunch	31 Pork Okonomiyaki Candied Sweet Potato Wakame & Cucumber Namul Tofu Miso Soup			

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.

May 2022

Lunch Menu



MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
2 No Lunch	3 タコライス 蒸し野菜 レタス・トマトとチーズ ごはん	4 チキンソテーBBQソース ブロッコリソテー コールスロー ごはん	5 豚バラとナスの味噌炒め オクラのガーリック炒め 春雨サラダ ごはん	6 チキンカツの卵とじ スナックエンドウバターソテー 海藻サラダ ごはん
9 魚の唐揚げ甘酢あん インゲンのベーコンソテー 法蓮草のおひたし ごはん	10 チキンのカレー煮込み ナスとパプリカのロースト にんじんとレーズンのサラダ バターライス	11 牛肉とピーマンのオイスターソース炒め 粉吹き芋 大根サラダ ごはん	12 チキンのロースト マスタードソース フライドポテト カリフラワーのサラダ ごはん	13 酢豚 大根の醤油炒め もやしのナムル ごはん
16 チキンの照り焼き キャベツ炒め トマトとアボカドサラダ ごはん	17 魚の天ぷら 焼きなす 豆苗とキャベツのサラダ ごはん	18 チキンと大根の煮込み カボチャのロースト 豆腐と水菜サラダ ごはん	19 魚の西京焼き ブロッコリーの天ぷら ポテトサラダ ごはん	20 チキンとキノコのトマトスパゲッティ シーザーサラダ パイナップル トースト
23 ミートボールとほうれん草のクリーム煮 にんじんの卵とじ ブロッコリーとツナのサラダ ごはん	24 チキン南蛮 じゃがいもベーコンソテー インゲンの胡麻和え ごはん	25 豚肉とナスの味噌炒め 揚げ豆腐 コーンサラダ ごはん	26 チキンファヒータス 蒸し野菜 オクラと鰹節の和え物 ごはん	27 シーフードマカロニグラタン ブロッコリーあんかけ バナナ ロールパン
30 No Lunch	31 豚肉のお好み焼き 大学芋 ワカメと胡瓜のナムル 豆腐の味噌汁			

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きます。