



January 2021



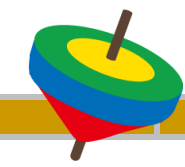




CEZARS KITCHEN



Osaka YMCA International School



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				
No School	No School	No School	No School	No School
4	5	6	7	8
No School	No School	No School	No School	No School
11	12	13	14	15
No School	No School	照り焼きチキン ごはん ギョウザ / きんぴらごぼう フルーツ	ローストポーク グレイビーソース マッシュポテト きのこタケノコ / インゲン豆のバターソテー フルーツ	ビーフハンバーグときのごソース ごはん ブロッコリーの温野菜 / 人参のキャラメリゼ フルーツ
18	19	20	21	22
酢鶏 チャーハン シュウマイ / ほうれん草の胡麻和え フルーツ	白身魚のフリッター BBQソース ごはん ブロッコリーサラダ / バターコーン フルーツ	豚肉の生姜焼き ごはん ツナサラダ / ほうれん草のナムル フルーツ	焼肉ビーフ ごはん ポテトサラダ / 彩り温野菜 フルーツ	スパゲッティナポリタン かぼちゃフォカッチャ ズッキーニのグリル / ナスのソテー フルーツ
25	26	27	28	29
鶏肉のから揚げ 五目ごはん 枝豆サラダ / ゆで卵 フルーツ	煮込みハンバーグ ごはん ブロッコリーサラダ / きんぴらごぼう フルーツ	豚肉とブロッコリー炒め ごはん 野菜春巻き / 大学芋 フルーツ	塩焼きそば ごはん 玉子焼き / インゲン豆のお浸し フルーツ	白身魚フライ トマトソース ごはん コールスローサラダ / ほうれん草バターソテー フルーツ

シーザースキッチンレシピはナッツを使用していません。  
食材の仕入れ状況によりメニューを変更する場合がございます。



January 2021








CEZARS KITCHEN



Osaka YMCA International School



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				
No School	No School	No School	No School	No School
11	12	13	14	15
No School	No School	Teriyaki Chicken White Rice Gyoza / Kimpira Gobo Fruit	Roast Pork w. Gravy Sauce Mash Potatoes Mushroom & Bamboo Shoot / Buttered Green Beans Fruit	Beef Hamburg Steak w. Mushroom Sauce White Rice Steamed Broccoli / Caramelized Carrot Fruit
18	19	20	21	22
Sweet & Sour Chicken Fried Rice Shumai / Sesame Spinach Fruit	White Fish Fritter w. BBQ Sauce White Rice Broccoli Salad / Buttered Corn Fruit	Pork Shogayaki White Rice Tuna Salad / Spinach Namul Fruit	Yakiniku Beef White Rice Potato Salad / Steamed Vegetable Medley Fruit	Spaghetti Napolitana Pumpkin Focaccia Grilled Zucchini / Sautéed Eggplant Fruit
25	26	27	28	29
Chicken Karaage Gomoku Mixed Rice Edamame Salad / Boiled Egg Fruit	Hamburg Steak Stew White Rice Broccoli Salad / Kimpira Gobo Fruit	Pork & Broccoli Stir Fry White Rice Vegetable Spring Rolls / Candied Sweet Potato Fruit	Pork Salt Yakisoba White Rice Egg Rolls / Green Beans Ohitashi Fruit	Breaded White Fish w. Tomato Sauce White Rice Coleslaw / Buttered Spinach Fruit

Cezars Kitchen does not use nuts in our recipes  
Menu may change depending on ingredient availability