




















February



CEZARS™ KITCHEN

Sample School

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				
Meat Ball Spaghetti Ratatouille Spinach with Garbanzo Broccoli Soup Sliced Melon 725kcal	White Rice B.B.Q. Chicken Macaroni & Cheese Corn on the Cob Potato Bisque Apple Cinnamon Bake 926kcal	Juicy Beef Burgers Oven Baked Potato Wedges Mixed Mushrooms & Eggplant Swiss Onion Soup Strawberry Yoghurt 706kcal	White Rice Chicken Fajitas Tortilla & Salsa Bar Mexican Corn Tortilla Soup 744kcal	White Rice Bulgogi Chijimi Namuru Vegetables Wakame soup Mixed Berry Parfait 935kcal
EGG DAIRY WHEAT	EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT	EGG DAIRY WHEAT	EGG DAIRY WHEAT SOY
				
12 Pita Bread w. Tzatziki Sauce Tandoori Chicken Indian Vegetables Cream of Pumpkin Soup Fruit Cocktail 721kcal	13 White Rice Stir Fry Chicken & Broccoli Gyoza w. Dipping Sauce Chinese Vegetables Egg Drop Soup Mandarin Jelly 778kcal	14 White Rice Salmon w. Lemon Sauce Crispy Chicken Bites w. Thai Chili Sauce Mixed Green Vegetables Tom Yum Soup Coconut Tapioca 807kcal	15 Beef Lasagna Focaccia Broccoli, Cauliflower & Carrot Minestrone Soup Chocolate Cake 853kcal	16 White Rice British Fish Potato Crisps Green Peas w. Onions Vegetable Potage English Bread Pudding 733kcal
DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY
				
19 White Rice Chefs Curry Vegetable Croquettes Kinpira Gobo Miso Soup Fresh Bananas 788kcal	20 White Rice Teriyaki Pork Spring Rolls w. Dipping Sauce Stir Fry Vegetables Osuimono Castella Cake 918kcal	21 White Rice Chicken Nachos Corn Chips w. Cheese Sauce Spanish Vegetable Popurri Pozole Flan Napolitano 858kcal	22 White Rice Chef's Roast Day Baked Potatoes w. 3 Healthy Toppings Vegetable Medley French Onion Soup Fruit Yogurt 765kcal	23 Creamy Smoked Salmon & Dill Pasta French Rolls Roasted Eggplant w. Peppers Tomato Vegetable Soup Italian Custard BrulLillue 705kcal
DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT SOY	DAIRY	EGG DAIRY WHEAT
				
26 White Rice Salisbury Steak w. Mushroom Demi Baby Herb Roasted Potatoes Green Beans w. Crispy Onions Cream of Spinach Soup Caramelized Pears 887kcal	27 Lo-Mein Noodles Honey & Sesame Chicken Snow Peas w. Carrots Wonton Soup Coconut Cake 867kcal	28 Lo-Mein Noodles Honey & Sesame Chicken Snow Peas w. Carrots Wonton Soup Coconut Cake 867kcal		
EGG DAIRY WHEAT SOY	EGG DAIRY WHEAT	EGG DAIRY WHEAT SOY		

Cezars Kitchen does not use nuts in our recipes










February



CEZARSTM

KITCHEN

Sample School

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
				
			ごはん チキンファヒータス トルティアとサルサ メキシコ風コーン トルティーヤスープ パインアップル 744kcal	ごはん プルコギ チヂミ 野菜のナムル わかめスープ ミックスベリーパフェ 935kcal
			小麦	卵 乳 小麦 大豆
5 ミートボールスパゲティ ラタトゥーユ ほうれん草とひよこ豆 ブロッコリースープ メロン 725kcal	6 ごはん B.B.Q. チキン マカロニチーズ 軸付きコーン ポテトビスク アップルシナモンバイク 926kcal	7 ジュシーバーガー バイクドウェッジポテト ナスときのこのソテー スイスオニオンスープ ストロベリーヨーグルト 706kcal	8 ごはん バターチキンカレー コロッケ カボチャのロースト レンズ豆のスープ マンゴームース 809kcal	9 ミートピザ トマトソースパスタ カポナータ イタリア風野菜スープ ピーチメルバ 774kcal
卵 乳 小麦	卵 乳 小麦 大豆	卵 乳 小麦	卵 乳 小麦	乳 小麦
12 	13 ごはん チキンとブロッコリーの炒め物 ギョウザ 中華風野菜 卵スープ オレンジゼリー 778kcal	14 ごはん サーモンのレモンソース さくさくチキンスウィートチリソース ミックス野菜 トムヤムスープ ココナッツタピオカ 807kcal	15 ビーフラザニア フォカッチャ ブロッコリーとにんじんとカリフラワー ミネストローネ チョコレートケーキ 853kcal	16 ごはん 英国風白身魚 さくさくポテト グリーンピースと玉ねぎのソテー 野菜のポタージュ イングリッシュパンプリン 733kcal
	卵 乳 小麦 大豆	小麦 大豆	卵 乳 小麦 大豆	卵 乳 小麦
19 ピタパンのヨーグルトソース タンドリーチキン インド風野菜 パンプキンクリームスープ フルーツカクテル 721kcal	20 ごはん てりやきポーク 春巻き 野菜炒め お吸い物 カステラ 918kcal	21 ごはん チキンナチョス コーンチップスチーズソース スペイン風野菜 ポソレ イタリア風カスタードプリン 858kcal	22 ごはん シェフのおすすめロースト 彩りバイクドポテト 彩り野菜 フレンチオニオンスープ フルーツヨーグルト 765kcal	23 スモークサーモンのクリームパスタ ロールパン ナスとパプリカのソテー トマトと野菜のスープ イタリアンカスタードブリュレ 705kcal
乳 小麦 大豆	卵 乳 小麦 大豆	卵 乳 小麦 大豆	乳	卵 乳 小麦
26 ごはん カレー 野菜コロッケ きんぴらごぼう みそ汁 バナナ 788kcal	27 ごはん きのこデミハンバーグ ベビーポテトの香草焼き インゲンとさくさくオニオン ほうれん草のクリームスープ 洋ナシのカラメリゼ 887kcal	28 中華焼きそば はちみつ胡麻チキン スナックエンドウとにんじん ワンタンスープ ココナッツケーキ 867kcal		
卵 乳 小麦 大豆	卵 乳 小麦	卵 乳 小麦 大豆		

Cezars Kitchen does not use nuts in our recipes