



CAFE MiyakoDori



3月 日替りランチ・日替り弁当 献立

※日替り弁当(月～金曜日)は、日替りランチと同じ内容です。変更がある場合はお知らせします。

		主食	主菜	副菜	汁物
1	木	ご飯	肉豆腐	もやしときゅうりの韓国風サラダ	みそ汁
2	金	ベーコンとトマトのクリームパスタ		ブロッコリーと玉子のサラダ	コンソメスープ
3	土	おまかせランチ			
5	月	チキンカレー		フルーツヨーグルト	コンソメスープ
3/6(火)～9(金) 定番メニュー					
3/10(土) 高校卒業式のため一般営業はおやすみ					
13	火	ビビンバ丼		揚げぎょうざ	わかスープ
19	月	定番メニュー			
20	火	トマト風味のハヤシライス		コールスローサラダ	コンソメスープ

※日替り弁当(月～金曜日)は、日替りランチと同じ内容です。(お弁当に汁物はつきません。)

※仕入れの状況により、献立を変更する場合があります。

月替り弁は おやすみ です

<価格一覧>

- 日替りランチ ¥450
- 鶏唐揚げランチ ¥450
- ラーメン ¥400
- カレーライス ¥400
- カレーうどん ¥400
- ライス ¥90
- たぬきうどん/そば ¥350
- きつねうどん/そば ¥350
- ミニサラダ ¥100
- 鶏唐揚げ 2個 ¥100
- 日替りスープ・汁物 ¥50
- アメリカンドッグ ¥100
- フライドポテト ¥100
- たこ焼き ¥100
- ソフトクリーム 小¥150/大¥190
- デザート各種 ¥50/¥100
- コーヒー・紅茶 ¥150

<チェリオ 90 当日販売>

- 日替り弁当/唐揚げ弁当 ¥450
- そばろ弁当 ¥450
- フライドポテト・鶏唐揚げ・たこ焼き・アメリカンドッグ・フランクフルト他、日替りのサイドメニューも販売しています！

「日替り弁当・唐揚げ弁当」は1週間分ごとに予約を受け付けています。
予約票は、教室、カフェ、チェリオ 90 にあります。



CAFE MiyakoDori

2月 日替りランチ・日替り弁当 献立



1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28

		主食	主菜	副菜	汁物	
	6	火	トマト風味のハヤシライス	大根と水菜のサラダ	コンソメスープ	
★	7	水	ご飯	油淋鶏	いかと里芋煮	みそ汁
	8	木	ご飯	鯖のみそ煮	炒り豆腐	すまし汁
★	9	金	五目あんかけ焼きそば		揚げシューマイ	かき玉汁
	13	火	ターメリックライス	キーマカレー	ブロッコリーとトマトのサラダ	コンソメスープ
→	14	水	ご飯	ハンバーグ(大根おろし)	かぼちゃサラダ	みそ汁
	15	木	ご飯	アジフライ	鶏ごぼう	みそ汁
★	16	金	ご飯 or パン	マカロニグラタン	さつま芋のレモン煮	コンソメスープ
	17	土	おまかせランチ			
	19	月	ご飯	マーボー豆腐	もやしとにらのナムル	みそ汁
	20	火	ご飯	チンジャオロースー	春雨サラダ	みそ汁
	21	水	ご飯	ココロココロクケ	高野豆腐煮	みそ汁
	22	木	ワカメご飯	白身魚の香味ソースかけ	ちくわともやしのごまじょうゆ	みそ汁
★	23	金	ミートソーススパゲッティ		コールスローサラダ	コンソメスープ
	24	土	おまかせランチ			
	26	月	照り焼きチキン丼		つきこんにゃく炒め	みそ汁
	27	火	★バスケットボール部 提案メニュー★ ※詳細は後日、光の小路に掲示します♪			
★	28	水	ピビンバ丼		大学芋	ワカメスープ

※日替り弁当(月～金曜日)は、日替りランチと同じ内容です。(お弁当に汁物はつきません。)

※仕入れの状況により、献立を変更する場合があります。

※2月 特別企画① ★…人気メニューです！

※2月 特別企画② 毎週火曜日(ピンク色の日)…ポイント2倍！

イートインもお弁当もポイントがつきます。

ポイントカードを再発行したい人は、カフェもしくは岡田先生のところへ！

月替り弁当は おやすみ です

<価格一覧>

- 日替りランチ ¥450
- 鶏唐揚げランチ ¥450
- カレーライス ¥400
- カレーうどん ¥400
- ラーメン ¥400
- ためきうどん/そば ¥350
- きつねうどん/そば ¥350
- ライス ¥90
- 鶏唐揚げ 2個 ¥100
- 日替りスープ・汁物 ¥50
- ミニサラダ ¥100
- フライドポテト ¥100
- たこ焼き ¥100
- アメリカンドッグ ¥100
- フランクフルト ¥100
- デザート各種 ¥50/¥100
- コーヒー・紅茶 ¥150
- ソフトクリーム 小¥150/大¥190

<チェリオ 90 当日販売>

- 日替り弁当/唐揚げ弁当 ¥450
- そばろ弁当 ¥450
- フライドポテト・鶏唐揚げ・たこ焼き・アメリカンドッグ・フランクフルト他、日替りのサイドメニューも販売しています！

「日替り弁当・唐揚げ弁当」は1週間分ごとに予約を受け付けています。
予約票は、カフェ、チェリオ 90、各クラス(教室)にあります。

2017年度 生徒提案メニュー ~ご協力ありがとうございました!~

昨年度からはじまった「生徒提案メニュー」ですが、今年度も校友会総務や様々な部活動にご協力いただき、7回実施することができました。みんなに人気のメニュー、部長のひと声で決まったメニュー、その部活ならではのメニュー、流行のメニュー…など、“たのしくておいしいメニュー”がたくさんありました。

ここで、今年度の提案メニューをふり返ってみましょう♪

【4月】校友会総務

貝だくさん!! オムライス+玉ねぎとコーンのコンソメスープ
+ぶどうゼリー

【5月】演劇部

チーズクロッカカレー+野菜たっぷりスープ (お弁当はサラダ)

【6月】書道部

クリームグラタン+パン+スープ+黒ごまプリン

【9月】美術部・イラストレーション部

たまごとチーズのミラノ風ドリア+サラダ+ミネストローネ

【11月】茶道部

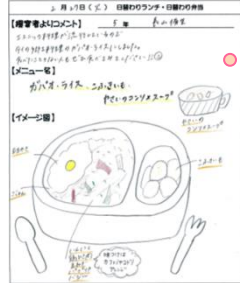
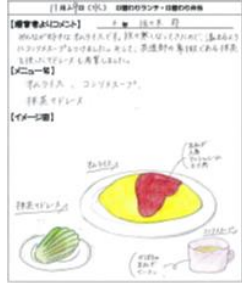
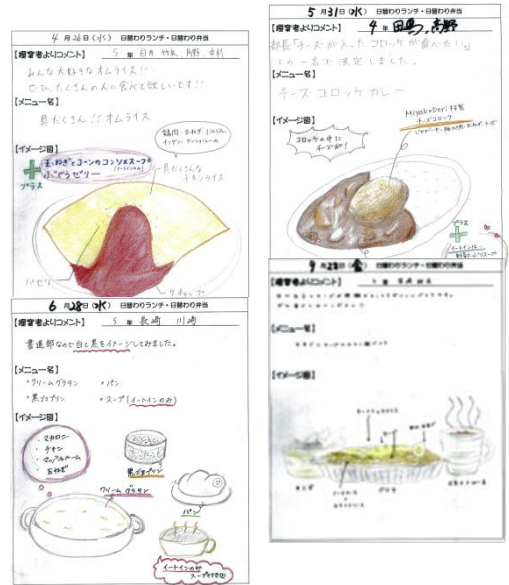
オムライス+コンソメスープ+抹茶マドレーヌ

【1月】ハンドベル部

フィッシュ&チップス+パン+野菜スープ

【2月】バスケットボール部

ガパオライス+こふきいも+野菜コンソメスープ



バスケットボール部
提案のガパオライスは
2月27日(火)!

どのメニューも、「おなか」だけでなく「こころ」を満たしてくれるような、おいしいものばかりでした。ご協力いただいたみなさん、本当にありがとうございました!!

知っていますか? 箸のマナー

参考「2017 最新 生活ハンドブック」

近年、日本でもさまざまな国の料理を食べることができるようになりました。その国ならではの料理やマナーがあってもおもしろいですよね。日本は…という、「食」をただ単に食べるだけでなく、「こころ」と結びつけて考えるという独自の文化をもってきました。

「箸」もそのひとつ。箸はもともと「神様にお供える食物を手づかみでは失礼だ」という意識から、神聖なものとして伝わり、日本では神事に用いられてきたようです。箸のことわざや、きれいな箸(箸のタブー)などもいろいろありますよね。この機会に、ぜひ「箸づかい」を見直してみましょう。

【箸の持ち方】



人さし指と中指ではさんだ箸を
動かし、もう一方の箸は動かさない。

【マナーに反する箸づかい】



◆寄せ箸
箸で器を引き寄せる。



◆探り箸
器の中の料理を箸でかきまぜ、なかを探る。



◆迷い箸
何を食べるか迷って、料理の上で箸をうろうろさせる。



◆刺し箸
箸を料理に突き刺し、食べる。



◆ねぶり箸
料理を何もはさんでいない箸先をなめる。