

100円朝食メニュー表

一日の元気は
朝食から!



駿河台キャンパス



今回のテーマは**健康志向**! (日ごとに異なる栄養素がメインになっています)

7月9日(月): ビタミンA

ごはん
味噌汁(わかめ)
かぼちゃの煮物
小松菜のくるみ和え
きんぴらごぼう

7月10日(火): ビタミンC

フルーツサンドイッチ
ミネストローネ
スクラブレッグ・バーゴ 
コールローサラダ
フルーツ

7月11日(水): カルシウム

炊き込みご飯
味噌汁(わかめ)
切り干し大根
ししゃものアーモンド揚げ
小松菜のおひたし

7月12日(木): ビタミンD

 白米
焼き鮭
きくらげの卵スープ
しらすとほうれん草和え
焼き海苔

7月13日(金): 鉄分

ココアパン
クラムチャウダー
バーゴとホールのリテー
フルーツ
ヨーグルトドリンク

【場所】リバティタワー17階

「スカイラウンジ暁」

【時間】※売り切れ次第終了

8時15分~10時30分

※食数:月(40)火水金(50)木(60)