

100円朝食



栄養素をとって

健康的な食生活

を目指そう!

中 野 キ ャ ン パ ス

7月2日 (月)

ビタミンA

ご飯

わかめの味噌汁

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3日 (火)

ビタミンC

フルーツサンドイッチ

ミネストローネ

スクランブルエッグ、ベーコン

キウイ、オレンジ

コールスローサラダ

7月4日 (水)

カルシウム

炊き込みご飯

わかめの味噌汁

切り干し大根

ししゃもアーモンド揚げ

小松菜のおひたし

7月5日 (木)

ビタミンD

白米

焼き鮭

焼き海苔

きくらげのたまごスープ

しらすとほうれん草和え

7月6日 (金)

鉄分

ココアパン

クラムチャウダー

ベーコンとほうれん草のソテー

メロン

ヨーグルトドリンク

【場所】 低層棟1階 学生食堂

【時間】 ※売り切れ次第終了

8時15分~10時30分

【食数】 (月)40食 (火)50食

(水)50食 (木)60食 (金)50食

2018年度春学期



※食材の入荷状況等により一部変更になる場合があります。

【主催】明治大学学生健康保険互助組合