

BCA 土曜学校 September Lunch Menu



夏休みが終わり、新しい学期が始まりました。まだ暑さは残りますが、少しずつ秋の気配も感じられます。水分をしっかりと取り、体調管理に気をつけましょう。今月も楽しい給食の時間を大切にしましょう。

食物アレルギーをお持ちのお子様のご家庭へ

毎月の献立表をご確認いただき、お子様が召し上がれないメニューがある場合は、必ず学校オフィスまでご連絡ください。対応としては、ご家庭から代替の食材をお持ちいただくか、献立の中で該当する一品を除いて配膳する形で対応しております。
saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

For Families of Students with Food Allergies

Please review the monthly menu, and if there are any items your child cannot eat, be sure to contact the school office. We can accommodate by either having you provide a substitute from home or by serving the meal with the specific item omitted. saturdayschool@bcacademy.com TEL 425-300-5778

給食の取り置き・持ち帰りについてお願い

衛生管理の都合上、給食の取り置きおよび学校からの持ち帰りはご遠慮いただいております。何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

Notice Regarding School Lunch Storage and Take-Home

Due to hygiene and safety regulations, we are unable to hold or allow school lunches to be taken home. We appreciate your understanding.

献立 Menu		おもな食品と体内でのたらしき		
9月		体を作る	エネルギー源	体の調子を整える
5	野菜春巻き わかめごはん 春雨サラダ みかん Vegetable Spring Rolls Glass noodle salad Orange	枝豆 ハム Edamame Ham	ごはん 春巻きの皮 (小麦、米粉) はるさめ (豆類のでんぷん) お酢 ごま油 しょうゆ Rice Springroll Wrapper (Wheat, Rice Powder) Grass Noodle(Starch from beans) Vinegar, Sesami Oil, Soy sauce	ヒカマ、キャベツ、にんじん、たけのこ、ヤム芋、たまねぎ、西洋ネギ 春巻きのソース (醤油、梨ジュース、しょうがパウダー、ガーリックパウダー、乾燥玉ねぎ) わかめ、きゅうり みかん Jicama, Cabbage, Carrot, Bambooshoots, Yam, Onion leek, Sauce for spring roll(soy sauce, pear juice ginger powder garlic powder, dried onion) wakame (seaweed)、Cucumber mandarin orange
12	フィッシュスティック★ ゆかりごはん コールスローサラダ★ りんご 水 Fish Sticks★ Rice with Yukari furikake★ Coleslaw salad★ Apple Water	白身魚、バターミルク★ (衣) コールスロードレッシング★ (卵、乳製品) Whitemeat Fish, Buttermilk★(batter) Coleslaw Dressing★(Egg, Milk products)	ごはん、小麦粉、ケチャップ お酢 サラダ油 Rice, Wheat flour, Ketchup Vinegar Salad Oil	キャベツ、たまねぎ、にんじん、セロリシード りんご cabbage, Onion, Carrot, Celery Seeds Apples
19	ミートボール甘酢和え ごはん ブロッコリーかつお和え ぶどう 水 Sweet and Sour Meatballs Rice Broccoli with bonito flakes Grape Medley Water	牛ひき肉、乳製品★ (ミートボール)、かつお節 Ground beef, Dairy★(Meatballs), Bonito flakes	ごはん 小麦粉 (ミートボール、ケチャップ、しょうゆ) 片栗粉、お酢 Rice Flour(Meatballs, Ketchup, Soy Sauce), Potato starch, Vinegar	たまねぎ、ブロッコリー、ぶどう Onion, Broccoli, Grapes
26	麻婆豆腐★ ごはん ミックスサラダ (フレンチドレッシング) オレンジスライス 水 Mabo tofu★ Mix salad with french dressing Orange slices Water	豚ひき肉、豆腐 Ground pork, Tofu	麻婆豆腐の素★ (しょうゆ、オイスターソース、ごま油、小麦、トマト) 片栗粉、ごはん フレンチドレッシング (お酢、はちみつ、サラダ油) Base of Mabo tofu★(SoySauce, Oyster sauce, Sesame oil, Wheat, Tomatoes) Rice, Potato starch French Dressing (Vinegar, Honey, Salad Oil)	ねぎ、白菜 ロメインレタス、コーン、きゅうり、オレンジ Green onion, Nappa cabbage, Romain lettuce, corn, cucumber, Oranges

★Allergen specifying ingredients: egg, peanuts, milk (including dairy products), sesame