

# TOKYO2020

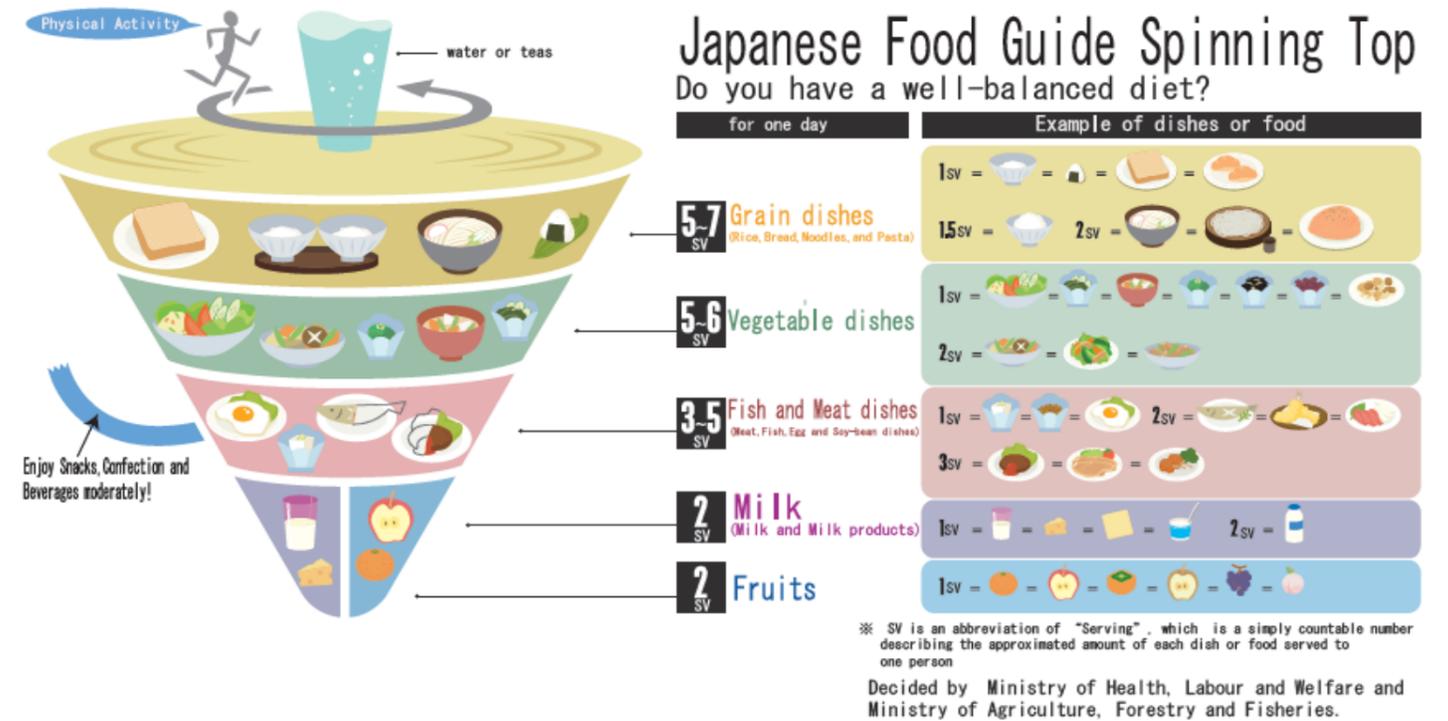
## Main Dining Hall Menu

## 【 凡例 】 Legend

コーナー (Station)
World
Pizza, Pasta
Asia
Japanese Cuisine
Made Without Gluten, Vegetarian Cuisine
Halal
Salad, Deli, Fruit and Desserts

カテゴリー (Category)		
<b>主食</b> Grain, Starch, Rice, Bread (Mainly energy sources)	穀類 でんぷん 米穀類 パン	Grain Starch Rice Bread
<b>副菜</b> Vegetables	野菜 サイドディッシュ	Vegetable dishes Side dishes
<b>主菜</b> Meat, Fish, Egg, Beans (Mainly protein sources)	肉料理 魚料理 卵料理 豆料理	Meat dishes Fish dishes Egg dishes Bean dishes
<b>乳・乳製品</b> Dairy, Yoghurt	乳・乳製品 ヨーグルト チーズ	Milk Yoghurt Cheese
<b>スープ</b> Soup	スープ	Soup
<b>果物</b> Fruits	フルーツ	Fruits
<b>嗜好品</b> Snacks 菓子・飲料 Confection and Beverages	デザート 飲料	Desserts Beverages
<b>油・調味料</b> トッピング Oils, Condiments	油 調味料 トッピング	Oils Seasonings, Condiments Toppings

## 食事バランスガイド



各カテゴリーの色は「食事バランスガイド」に基づいています。  
Color classification based on the "Japanese Food Guide Spinning Top"





















































Dinner: DAY7

		肉・魚・卵・豆 Meat, Fish, Eggs, Beans (Primary Protein Sources)										野菜 Vegetables					スープ Soup	穀類 Grains, Rice, Starch, Bread (Primary Energy Sources)																					
Western Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Beef in Cassava Leaf Sauce 牛肉のキャッサバ煮	Oat Crusted Fish オーツ麦の魚	Braised Red Beans レッドビーンズの炒め煮	Steamed Chicken スチームチキン							Braised Corn in Tomato Sauce トマトとコーンの煮込み	Steamed Green Peas グリーンピース	Steamed Corn 蒸しとうもろこし				Onion Soup オニオンスープ	Potatoes じゃが芋	Jasmine Rice ジャスミンライス	Couscous クスクス																		
	Stir/Deep-Fried	BBQ-Flavored Beef Brisket 牛肉のBBQ風味BBQ	Tandoori Chicken with Spinach ほうれん草のチキン	Sautéed Hake with Marinara Sauce メルルソースのマリーナソース								Stir-Fried Corn & Mushrooms コーンとキノコの炒め	Stir-Fried Spinach ほうれん草の炒め	Cheese Samosas チーズサモサ				Onion Soup オニオンスープ	Rosemary Roasted Potatoes ローズマリー風味ポテト	Millet 穀粒(きび、あわ)	Couscous クスクス																		
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もも	Grilled Beef Round 牛もものグリル	Grilled Pork Thigh 豚もものグリル	Roast Turkey ロースターキー	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Mackerel さばのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																								
Pizza, Pasta																																							
Asian Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Navy Beans 白いんげん豆の煮込み	Braised Lamb & Beets with Star Anise 羊肉とビーツの八角煮	Steamed Seafood 魚介の蒸し物	Steamed Chicken スチームチキン							Spinach Panzer ほうれん草のパンネル	Steamed Seafood Dumplings 海鮮焼売	Steamed Red Bean Paste Buns 桃饅頭	Steamed Cauliflower 蒸しカリフラワー	Steamed Broccoli 蒸しブロッコリー	Tomato & Egg Soup トマトと玉子の中華スープ	Basmati Rice バスマティライス	Nan ナン	Roti ロティ																			
	Stir/Deep-Fried	Fried Chicken 鶏肉の唐揚げ	Stir-Fried Chickpeas with Garam Masala ひよこ豆のガラムマサラ炒め	Stir-Fried Cod & Vegetable with Oyster Sauce たらと野菜のオイスター炒め								Stir-Fried Bok Choy with Soy Sauce 青梗菜の中華炒め	Cheese Samosas チーズサモサ	Spring Rolls 春巻				Tomato & Egg Soup トマトと玉子の中華スープ	Stir-Fried Rice Vermicelli with Shrimp ビーフンとえびの炒め	Nam Pla Rice with Pork & Basil 豚肉とバジルのナムプレーご飯	Millet 穀粒(きび、あわ)	Jasmine Rice ジャスミンライス																	
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もものグリル	Grilled Beef Round 牛もものグリル	Grilled Pork Thigh 豚もものグリル	Roast Turkey ロースターキー	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Mackerel さばのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																								
Japanese Cuisine																																							
Made Without Gluten, Vegetarian Cuisine		GV/Boiled Tofu 湯豆腐	GV/Sautéed Green Soybeans 枝豆のソテー	GV/Dry Curry (Eggplants) 茄子	GV/Braised Soybeans & Corn 大豆とコーンの煮込み	GV/Cake Salt ケーキソルト																																	
Halal		Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Beef Round 牛もものグリル	Braised Lamb & Okra 羊肉とオクラの煮込み	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Grilled Salmon サーモングリル	Braised Chicken & Rice with Masala 鶏肉とライスのスィシリアン煮込み	Dahi ダール																															





Lunch: DAY8

		肉・魚・卵・豆 Meat, Fish, Eggs, Beans (Primary Protein Sources)										野菜 Vegetables					スープ Soup	穀類 Grains, Rice, Starch, Bread (Primary Energy Sources)																							
Western Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Beef in Cream 牛肉のクリーム煮	Simmered Cod with Lime たららのライム煮	Braised Red Beans & Tomatoes with Spices レッドビーンズとトマトのスパイス煮	Steamed Chicken スチームチキン							Braised Cauliflower in Tomato Sauce トマトとカラフラワーの煮込み	Steamed Green Peas グリーンピース	Braised Fennel フエノネルの煮込み				Tomato & Okra Soup オクラとトマトのスープ	Sweet Potatoes さつまいも	Jasmine Rice ジャスミンライス	Couscous クスクス																				
	Stir/Deep-Fried	Fried Chicken フライドチキン	Sautéed Pork with Orange Marmalade ポークマーマレード焼き	Tandoori Catfish キョウトフィッシュのタンドリー								Sautéed Mixed Vegetables in Chili Sauce いろいろ野菜のチリソース	Stir-Fried Mushrooms マッシュルーム炒め	Curry Samosas カレーサモサ				Tomato & Okra Soup オクラとトマトのスープ	Mashed Potatoes with Cheese マッシュポテトチーズ焼き	Millet 穀粒(きび、あわ)	Couscous クスクス																				
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏ももりのグリル	Grilled Lamb Leg 羊もものグリル	Grilled Pork Fillet 豚ヒレのグリル	Roast Lamb ローストラム	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Salmon サーモンのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																										
Pizza, Pasta																																									
Asian Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Beef & Vegetables 牛肉と野菜の煮込み	Braised Pork with Black Pepper 豚肉の黒胡椒煮	Simmered Salmon with Coriander サーモンのコリアンダー煮	Steamed Chicken スチームチキン							Green Peas Paneer グリーンピースのパネール	Steamed Chive Dumplings 春巻餃子	Steamed Meatballs with Sticky Rice 肉団子のもち米蒸し	Steamed Spinach 蒸しほうれん草	Cloud Ear Mushrooms きくらげ	Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Basmati Rice バスマティライス	Naan ナン	Roti ロティ																					
	Stir/Deep-Fried	Stir-Fried Chicken & Cashew 鶏肉のカシューナッツ炒め	Stir-Fried Black-eyed Peas with Tamarind さび豆のタマリンド炒め	Sautéed Spicy Salmon サーモンのヒリ辛炒め								Stir-fried Okra & Lotus Root オクラと蓮根の炒め	Curry Samosas カレーサモサ	Hjiki Spring Rolls ひじき春巻				Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Crispy Noodles with Tom Yum Sauce 揚げ麺のエスニックソース	Coconut Lime Rice with Chicken 鶏肉のココナツライムライス	Millet 穀粒(きび、あわ)	Jasmine Rice ジャスミンライス																			
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もものグリル	Grilled Lamb Leg 羊もものグリル	Grilled Pork Fillet 豚ヒレのグリル	Roast Lamb ローストラム	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Salmon サーモンのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																										
Pizza, Pasta																																									
Japanese Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Beef & Vegetables 牛肉と野菜の煮込み	Braised Pork with Black Pepper 豚肉の黒胡椒煮	Simmered Salmon with Coriander サーモンのコリアンダー煮	Steamed Chicken スチームチキン							Green Peas Paneer グリーンピースのパネール	Steamed Chive Dumplings 春巻餃子	Steamed Meatballs with Sticky Rice 肉団子のもち米蒸し	Steamed Spinach 蒸しほうれん草	Cloud Ear Mushrooms きくらげ	Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Basmati Rice バスマティライス	Naan ナン	Roti ロティ																					
	Stir/Deep-Fried	Stir-Fried Chicken & Cashew 鶏肉のカシューナッツ炒め	Stir-Fried Black-eyed Peas with Tamarind さび豆のタマリンド炒め	Sautéed Spicy Salmon サーモンのヒリ辛炒め								Stir-fried Okra & Lotus Root オクラと蓮根の炒め	Curry Samosas カレーサモサ	Hjiki Spring Rolls ひじき春巻				Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Crispy Noodles with Tom Yum Sauce 揚げ麺のエスニックソース	Coconut Lime Rice with Chicken 鶏肉のココナツライムライス	Millet 穀粒(きび、あわ)	Jasmine Rice ジャスミンライス																			
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もものグリル	Grilled Lamb Leg 羊もものグリル	Grilled Pork Fillet 豚ヒレのグリル	Roast Lamb ローストラム	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Salmon サーモンのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																										
Pizza, Pasta																																									
Made Without Gluten, Vegetarian Cuisine	Stewed, Steamed	Braised Beef & Vegetables 牛肉と野菜の煮込み	Braised Pork with Black Pepper 豚肉の黒胡椒煮	Simmered Salmon with Coriander サーモンのコリアンダー煮	Steamed Chicken スチームチキン							Green Peas Paneer グリーンピースのパネール	Steamed Chive Dumplings 春巻餃子	Steamed Meatballs with Sticky Rice 肉団子のもち米蒸し	Steamed Spinach 蒸しほうれん草	Cloud Ear Mushrooms きくらげ	Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Basmati Rice バスマティライス	Naan ナン	Roti ロティ																					
	Stir/Deep-Fried	Stir-Fried Chicken & Cashew 鶏肉のカシューナッツ炒め	Stir-Fried Black-eyed Peas with Tamarind さび豆のタマリンド炒め	Sautéed Spicy Salmon サーモンのヒリ辛炒め								Stir-fried Okra & Lotus Root オクラと蓮根の炒め	Curry Samosas カレーサモサ	Hjiki Spring Rolls ひじき春巻				Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Crispy Noodles with Tom Yum Sauce 揚げ麺のエスニックソース	Coconut Lime Rice with Chicken 鶏肉のココナツライムライス	Millet 穀粒(きび、あわ)	Jasmine Rice ジャスミンライス																			
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もものグリル	Grilled Lamb Leg 羊もものグリル	Grilled Pork Fillet 豚ヒレのグリル	Roast Lamb ローストラム	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Salmon サーモンのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																										
Pizza, Pasta																																									
Halal	Stewed, Steamed	Braised Beef & Vegetables 牛肉と野菜の煮込み	Braised Pork with Black Pepper 豚肉の黒胡椒煮	Simmered Salmon with Coriander サーモンのコリアンダー煮	Steamed Chicken スチームチキン							Green Peas Paneer グリーンピースのパネール	Steamed Chive Dumplings 春巻餃子	Steamed Meatballs with Sticky Rice 肉団子のもち米蒸し	Steamed Spinach 蒸しほうれん草	Cloud Ear Mushrooms きくらげ	Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Basmati Rice バスマティライス	Naan ナン	Roti ロティ																					
	Stir/Deep-Fried	Stir-Fried Chicken & Cashew 鶏肉のカシューナッツ炒め	Stir-Fried Black-eyed Peas with Tamarind さび豆のタマリンド炒め	Sautéed Spicy Salmon サーモンのヒリ辛炒め								Stir-fried Okra & Lotus Root オクラと蓮根の炒め	Curry Samosas カレーサモサ	Hjiki Spring Rolls ひじき春巻				Chicken & Herb Soup 鶏肉の香草スープ	Crispy Noodles with Tom Yum Sauce 揚げ麺のエスニックソース	Coconut Lime Rice with Chicken 鶏肉のココナツライムライス	Millet 穀粒(きび、あわ)	Jasmine Rice ジャスミンライス																			
	Grill	Grilled Chicken Breast 鶏むねのグリル	Grilled Chicken Leg 鶏もものグリル	Grilled Lamb Leg 羊もものグリル	Grilled Pork Fillet 豚ヒレのグリル	Roast Lamb ローストラム	Gravy グレイビー	Grilled Chicken Breast with Spices 鶏むね肉のスパイス焼き	Burger Patty バーガーパティ	Grilled Shrimp えびのグリル	Grilled Salmon サーモンのグリル	Grilled Red Onions 焼き赤玉葱	Grilled Carrots 焼き人参	Grilled String Beans 焼きインゲン	Grilled Pumpkin 焼き南瓜																										
Pizza, Pasta																																									





# Salad, Deli, Fruit and Desserts

Salad (サラダ)	Salad Greens 葉	Daily Serve 常備	Herbal Mix ハーブミックス (レタス、サニーレタス、グリーンリーフ、ケール、ルッコラ、エンダイブ、レッドビート、ほうれん草)																
	Salad Bar Items トッピング	Daily Serve 常備	Cherry Tomatoes ミニトマト	Corn コーン	Broccoli ブロッコリー	Cauliflower カリフラワー	Avocado アボカド	Beets ビーツ	Pitted Olives オリーブ (ライブ&グリーン)	Pickled Vegetables ミックスピクルス									
	Cut vegetables カット野菜	Daily Serve 常備	Red Onions 赤玉葱	Red Cabbage 赤キャベツ	Carrots 人参	Celery セロリ	Cucumbers きゅうり	Lemons レモン	Limes ライム	Coriander パクチー									
	Composed Salad コンボジット サラダ	Rotation 日替わり 1種	Potato & Chickpea Salad ポテトとガルバンゾのサラダ	Celery & Beet Salad セロリとビーツのサラダ	Maloney, Ham & Boiled Egg Salad マロニーとハム・ポイ ルドエッグのサラダ	Bean Salad with Balsamic Vinegar バルサミコ ビーンズサラダ	Salad of String Beans, Short Pasta, and Tuna インゲンとマカロニと ツナのサラダ	Red Cabbage Salad 紫キャベツの マリネサラダ	Basil Potato Salad バジルポテト サラダ	Avocado, Chickpeas & Egg Salad アボカドとガルバン ゾとタマゴのサラダ									
	Beans 豆	1types/Daily serve & 1types/Rotation 1日 1種常備& 日替わり1品	Mixed Beans & Grains 5種豆と5穀	Chickpeas ひよこ豆	Red Beans レッドビーンズ														
	Dried Fruit & Nuts ドライフルーツ とナッツ	Daily Serve 常備	Diced Dried Apricots 干しあんず クラッシュ	Raisins 干しぶどう	Diced Dried Pineapple パイナップル クラッシュ	Crushed Almonds アーモンド クラッシュ	Crushed Cashew Nuts カシューナッツ クラッシュ	Crushed Walnuts クルミ クラッシュ	Sunflower Seeds ひまわりの種	Croutons クルトン									
Delicatessen (デリカッセン)	Deli Meats デリ	Daily Serve 常備	Pork Loin Ham ロースハム	Pastrami パストラミ	Salami サラミ	Hard-Boiled Eggs ゆでたまご	Sliced Chicken チキンハムスライス	Smoked Turkey スモーク ターキー											
	Fish シーフード	Daily Serve 常備	Salmon サーモン	Herring ニシン	Tuna Chunks ツナチャンク														
	Daily Special Items アレンジ	Daily Serve 常備	Cabbage Kimchi 白菜キムチ	Radish Kimchi 大根のキムチ	Pickled Plums 梅干し	Japanese Pickled Vegetables 漬物													
		Daily Serve 常備	Cold Tofu 冷奴	Fermented Soybeans 納豆															
		1types/Rotation 日替わり 1品	Boiled Spinach ほうれん草の 浸し	Boiled Japanese Mustard Spinach 小松菜の浸し															

Dairy and Yoghurt (牛乳・乳製品)	Cheese チーズ	breakfast/midnight snack Daily Serve 朝食・深夜食常備	Sliced Cheddar CHEDDARチーズ スライス 	Sliced Gouda ゴーダチーズ スライス 	Cottage Cheese カッテージ チーズ 														
		Rotation lunch/dinner 5types/day 昼食・夕食 11種うち5種	Gorgonzola ゴルゴンゾーラ 	Camembert カマンベール 	Pecorino ペコリーノ 	Mimolette ミモレット 	Gouda ゴーダチーズ 	Mozzarella モッツァレラ 	Feta フェタチーズ 										
	Yoghurt ヨーグルト	Daily Serve 常備	Plain プレーン 	Non Fat 無脂肪 		Bircher Muesli (only for Breakfast) バーチャミューズリー (朝のみ) 													
		Fruit Sauce ジャムソース	Daily Serve 常備	Strawberry ストロベリー 	Blueberry ブルーベリー 														
	Milk 牛乳	Daily Serve 常備	Milk 牛乳 	Non Fat Milk 無脂肪 		Hot Milk ホットミルク 													
Fruit (フルーツ)		Sliced Fruit カットフルーツ	Daily Serve 常備	Watermelon すいか 	Honeydew ハネジュウ 	Pineapple パイナップル 	Orange オレンジ 	Mixed Fruit with Blueberry ミックス フルーツ 											
	Desserts (デザート)		Cakes ケーキ	2types/Rotation 日替わり 2種	Double Berry ダブルベリー 	Blueberry ブルーベリー 	Mango マンゴー 	Pistachio ピスタチオ 	Mille-crêpes ミルクレープ 										
Baked Sweets 焼菓子		2types/Rotation 日替わり 2種		Brownie ブラウニー 	Matcha Brownie 抹茶ブラウニー 	Maple Chiffon Cake メープルシフォン ケーキ 	Matcha Chiffon Cake 抹茶シフォン ケーキ 												
Jelly ゼリー		2types/Rotation 日替わり 2種	Orange Jelly みかんゼリー 	Apple Jelly りんごゼリー 	Peach Jelly 桃ゼリー 	Almond jelly 杏仁豆腐 													
		Japanese Sweets 和菓子	2types/Rotation 日替わり 2種	Castilla カステラ 	Matcha Warabi Mochi 抹茶わらびもち 	Taiyaki (Azuki-bean cake) たいやき 	Totoyaki (Chocolate) ととやき (チョコレート) 												

Condiments 調味料	Spices, Seasoning and Sweeteners 香辛料・調味料・甘味料	Daily Serve 常備	Salt 塩	Pepper こしょう	Teriyaki Sauce テリヤキソース	Chili Sauce チリソース	Sweet Chili Sauce スイートチリソース	Habanero Hot Sauce ハバネロホット	Sriracha sauce シラチャソース	Kecap Manis (Sweet Soy Sauce) ケチャップマニス	LP Sauce LPソース	Marmite マーマイト									
			Wholegrain Mustard 粒マスタード	Dijon Mustard ディジョンマスタード	Tonkatsu Sauce 中濃ソース	Wasabi わさび	Cayenne Pepper 一味唐辛子	Japanese Mustard 和からし	Yuzu Pepper 柚子胡椒	Gochujang (Red Chili Paste) コチュジャン	Ginger 生姜										
			Chili Oil 辣油	Tabasco タバスコ	Japanese Vinegar 日本酢	Chinese Vinegar 中国酢	Nam Pla ナンプラ	White Wine Vinegar 白ワインビネガー	Balsamic Vinegar バルサミコ酢	Ponzu Vinegar 醤油ポン酢	Japanese Soy Sauce 日本醤油	Chinese Soy Sauce 中国醤油									
			Horseradish レフォール	Cinnamon シナモン	Garam masala ガラムマサラ	Cumin クミン	Coriander コリアンダー	Basil バジル	Oregano オレガノ	Parsley パセリ											
			Sesame Dressing ゴマドレッシング	Thousand Island Dressing サウザンドレッシング	Non-oil Green Perilla Dressing 青じそドレッシング	Tomato Ketchup トマトケチャップ	Mayonnaise マヨネーズ	Mayonnaise (low calorie) マヨネーズ (カロリーオフ)	Mayonnaise (No egg) マヨネーズ (エッグケア)	Extra Virgin Olive Oil エクストラバージンオリーブオイル	Sunflower Oil ひまわり油	Grape seed Oil グレープシードオイル									
			Granulated Sugar グラニュー糖	Brown Sugar ブラウンシュガー	Low Calorie Sugar 低カロリーシュガー	Maple Syrup メープルシロップ	Honey はちみつ														

Service		DAY 1	DAY 2	DAY 3	DAY 4	DAY 5	DAY 6	DAY 7	DAY 8									
Cold Soup 冷製スープ	Soup スープ	Daily Serve 常備 Rotation 日替わり	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Spinach Soup ほうれん草の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Gazpacho ガスパチョ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Navy Bean Soup 白いんげん豆の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Moroheiya Soup モロヘイヤの冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Spinach Soup ほうれん草の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Navy Bean Soup 白いんげん豆の冷製スープ	Cold Potato Soup じゃが芋の冷製スープ	Cold Moroheiya Soup モロヘイヤの冷製スープ

# Bread, Cereal, Whole fruit

Fruit (フルーツ)	Whole 丸	4 fruits/day 1日4種提供	Bananas バナナ 	Oranges オレンジ 	Red Apples りんご赤 	Plums すもも 	Kiwis キウイ 											
Cereal (シリアル)	Dry ドライ	Daily Serve 常備	Corn Flakes コーンフレーク 	Fruit Granola フルーツ グラノーラ 	Chocolate Puffs Cereal チョコレート パフシリアル 	Brown Rice Flakes 玄米フレーク 	Puffed Rice Cereal ライス パフシリアル 											
Bread (パン)	Bread パン	Daily Serve 常備	Croissants クロワッサン 	Sliced White Bread 食パン 	Baguettes バケツ 													
		Rotation 日替わり 1種	Kalamata Olive Bread カラマタオリーブ ブレッド 	Beetroot Bread ビートルートブレッド 	Brown Bread 黒パン 													
	Danish デニッシュ	Rotation 日替わり 3種	Maple pecan メープル ピーカン 	Cinnamon シナモン 	Apple アップル 	Custard カスタード 	Raspberry ラズベリー 	Matcha Cranberry 抹茶 クランベリー 										
Sweets (デザート)	Muffins and Cookies マフィンとクッキー	Daily Serve 常備	Chocolate Muffins チョコレート マフィン 	Banana Nut Muffins バナナナッツ マフィン 	Cookies クッキー 	Chocolate Chip Cookies チョコチップ クッキー 												
Condiments (調味料)	Spread スプレッド	Daily Serve 常備	Butter バター 	Strawberry Jam ストロベリー ジャム 	Orange Marmalade マーマレード 	Blueberry Jam ブルーベリー 	Margarine マーガリン 											

# Individually Packed

Dairy and Yoghurt (牛乳・乳製 品)	Milk 牛乳	Daily Serve 常備	Milk 牛乳	Low Fat Milk 低脂肪														
	Yoghurt ヨーグルト	Daily Serve 常備	Plain Yoghurt 明治R-1 ヨーグルト	Low Fat Yoghurt 低脂肪 ヨーグルト	Greek Style Yoghurt 高たんぱく ヨーグルト	Fruit Yoghurt (White Grape) フルーツ ヨーグルト (白ぶどう)	Fruit Yoghurt (Peach) フルーツ ヨーグルト (白桃)	Fruit Yoghurt (Berry) フルーツ ヨーグルト (ベリー)	Drinking Yoghurt 飲むヨーグルト									
	Non-Dairy 乳成分なし	Daily Serve 常備	Soy Milk 豆乳	Rice Milk 米ミルク	Almond Milk アーモンドミルク	Coconut Milk ココナッツミルク												

# Drinks, Ice Cream

Drinks, Ice Cream																		
Beverages (飲料)	Coca-Cola VIK コココーラ製品	Daily Serve 常備	Coca-Cola コカ・コーラ	Coca-Cola Zero Sugar コカ・コーラ ゼロ	Sprite スプライト	Fanta Orange ファンタオレンジ	Ayataka Green Tea 緑茶 綾鷹	Georgia Ice Coffee ジョージア	Georgia Caffe Latte ジョージア カフェラテ	Powerade パワーエイド	Aquarius Sports Drink アクエリアス	Aquarius Zero Sports Drink アクエリアス ゼロ	Ilohas (Water) いろはす	Ilohas Sparkling (Sparkling Water) いろはす 炭酸水	Minute Maid Orange Blend オレンジ・ ブレンド	Minute Maid Cassis & Grape カシス& グレープ		
	Fruit Juice 果汁ジュース	Daily Serve 常備	Orange オレンジ	Apple アップル														
	Coffee コーヒー	Daily Serve 常備	Coffee コーヒー	Decaffeinated Coffee デ・カフェ	Latte カフェラテ	Chocolate Milk (High Protein Fat-Free Milk) チョコレート ミルク												
Sweets (デザート)	Ice Cream アイスクリーム	Daily Serve 常備	Vanilla バニラ	Chocolate チョコ														

Halal Cold Meal (ハラールコールドミール)

Category		Halal Daily Serve 常備													
Vegetables & Salads (野菜のサラダ)	Salad サラダ	Daily Serve 常備	Lettuce レタス 	Cauliflower カリフラワー 	Cucumber & Yogurt Saladきゅうりとヨーグルトのサラダ	Tomato & Bean Salad トマトと豆のマリネ	Peppers 唐辛子 	Hard-Boiled Eggs ゆでたまご 	Lemons レモン 	Limes ライム 	Coriander コリアンダー 				
	Cut fruits カット フルーツ		Watermelon すいか 	Mixed Fruit ミックス フルーツ (ハネジュー、パイ ン、オレンジ)											
	Nuts and Seeds 種実類 ディップ		Crushed Cashew Nuts カシューナッツ クラッシュ 	Crushed Almonds アーモンド クラッシュ 		Hummus フムス 	Tahini ごまペースト								
	Dried Fruit ドライフルーツ		Diced Dried Apricots 干しあんず クラッシュ 	Raisins 干しぶどう 	Dates ナツメヤシ 										
	Oils Oils		Sunflower Oil ひまわりオイル 	Extra Virgin Olive Oil エクストラ バージン オリーブオイル 	Grape Seed Oil グレープシード オイル 										
Dairy and Yoghurt (乳製品)	Yoghurt & Cheese ヨーグルトと チーズ	Daily Serve 常備	Yoghurt ヨーグルト	Feta フェタチーズ											
Bread (パン)	Grain 穀物類	Daily Serve 常備	Focaccia フォカッチャ	Whole Wheat Bread 全粒ソフト	Vanilla Chocolate Chip Bread ミニバナナチョコレー ト	Cinnamon Rolls ミニシナモンロール	Pita ピタパン								
Spices and Seasoning (香辛料・調味料)	Condiments コンディメント	Daily Serve 常備	Salt 塩 	Pepper こしょう 	Cumin クミン 	Basil バジル 	Oregano オレガノ 	Mint ミント 	Cinnamon シナモン 	Coconut ココナッツ 					
			Kecap Manis (Sweet Soy Sauce) ケチャップマニス 	Saus Cabe ソースチャベ 	Sriracha Sauce シラチャソース 	Sambal Sauce サンバルソース 	Mayonnaise マヨネーズ 	Tomato Ketchup トマトケチャップ 	Nam Pla ナンブラー 	Soy Sauce Dressing ノンオイル和風ドレ ッシング 	French Dressing フレンチ ドレッシング 				

