

# 2月 Menu

Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday																																																																										
1日	朝食 蒸しシューマイ ごぼうと 糸こんにゃくの煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯	夕食 韓国風プルコギ丼 さつま揚げの煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	2日	朝食 ベーコン ポテトバーグ 白菜のクリーム煮 パン コーヒー・紅茶	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	3日	朝食 ミートオムレツ 鶏挽肉と 根菜の煮物 パン 味噌汁 御飯	夕食 けんちんうどん 野菜コロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 節分豆 恵方巻き 味噌汁 御飯	4日	朝食 じゃが芋の ツマヨオｰﾌﾞ焼き 切り干し大根の煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 中華旨煮 フレッシュ 野菜サラダ パンゼリー 中華スープ 御飯	5日	朝食 焼きししゃも キャベツ そぼろソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 酸辣湯麺 コーンコロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ フルーツ 御飯	6日	朝食 miniハンバーグ ロールキャベツ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 オリジナル チキンカレー マカロニサラダ ヨーグルト コンソメスープ	8日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ きんぴらごぼう もやしのおかか和え 味噌汁 御飯	夕食 肉豆腐 蒸しシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 味噌汁 御飯	9日	朝食 チキンバー ベーコンと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 ガーリック 照り焼きチキン ～付け合わせ～ シャキシャキ 大根サラダ 味噌汁 御飯	10日	朝食 ミートボール 豆腐と野菜の煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 おいしいね♪ チキンライス アジフライ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ フルーツゼリー コンソメスープ	11日	建国記念の日		12日	朝食 さつま揚げ ツナと根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 餅巾着の煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	13日	朝食 プレーンオムレツ 貝だくさんポトフ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 ハヤシライス カレーコロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 手作り生チョコ コンソメスープ	15日	朝食 焼きししゃも 糸こんにゃくの もやしの 味噌汁 御飯	夕食 ちゃんぽん コーンコロッケ ～彩りサラダ～ 杏仁 マンゴープリン 御飯	16日	朝食 目玉焼き マカロニの デミソース煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 五目巾着の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	17日	朝食 ベーコン ポテトバーグ 切り干し大根の 煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 The☆鶏丼 さつま揚げの煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	18日	朝食 じゃが芋の ツマヨオｰﾌﾞ焼き 田舎風煮物 ～味噌仕立て～ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ おすまし 御飯	夕食 絶品！マーボー豆腐 ハムカツ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 中華スープ 御飯	19日	朝食 ねぎ焼き ツナと野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 若鶏の シューシー唐揚げ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 豆腐の五目煮 味噌汁 御飯	20日	朝食 ミートオムレツ ロールキャベツ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 オリジナル ポークカレー フレッシュ 野菜サラダ みかんゼリー コンソメスープ	22日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ 豆腐と野菜の煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 揚げボールの煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	23日	朝食 チキンバー マカロニの クリーム煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 中華旨煮 フレッシュ 野菜サラダ カルピスゼリー 中華スープ 御飯	24日	朝食 プレーンオムレツ ウインナーと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	25日	朝食 ヘルシー 豆腐ハンバーグ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ふわふわ親子丼 ちくわと 大根の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	26日	朝食 さつま揚げ ひじきの煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 タンメン 揚げシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ ヨーグルト 御飯	27日	朝食 目玉焼き スープ春雨 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 キーマカレー フレッシュ 野菜サラダ フルーツ コンソメスープ	29日	朝食 ねぎ焼き 鶏挽肉と 根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 香味塩だれチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	<div data-bbox="1010 1345 1416 1548" data-label="Text"> <p>＜今月の行事食＞            *2月3日(水)は「節分」です。            夕食時に豆まきを行います。皆で豆をまき、            恵方巻きを食べて健やかな一年にしましょう。            *2月14日(日)は「聖バレンタインデー」です。            2月13日(土)夕食に『手作り生チョコ』を            ご用意致しますので、お召し上がりください。</p> </div>									
8日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ きんぴらごぼう もやしのおかか和え 味噌汁 御飯	夕食 肉豆腐 蒸しシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 味噌汁 御飯	9日	朝食 チキンバー ベーコンと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 ガーリック 照り焼きチキン ～付け合わせ～ シャキシャキ 大根サラダ 味噌汁 御飯	10日	朝食 ミートボール 豆腐と野菜の煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 おいしいね♪ チキンライス アジフライ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ フルーツゼリー コンソメスープ	11日	建国記念の日		12日	朝食 さつま揚げ ツナと根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 餅巾着の煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	13日	朝食 プレーンオムレツ 貝だくさんポトフ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 ハヤシライス カレーコロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 手作り生チョコ コンソメスープ	15日	朝食 焼きししゃも 糸こんにゃくの もやしの 味噌汁 御飯	夕食 ちゃんぽん コーンコロッケ ～彩りサラダ～ 杏仁 マンゴープリン 御飯	16日	朝食 目玉焼き マカロニの デミソース煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 五目巾着の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	17日	朝食 ベーコン ポテトバーグ 切り干し大根の 煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 The☆鶏丼 さつま揚げの煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	18日	朝食 じゃが芋の ツマヨオｰﾌﾞ焼き 田舎風煮物 ～味噌仕立て～ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ おすまし 御飯	夕食 絶品！マーボー豆腐 ハムカツ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 中華スープ 御飯	19日	朝食 ねぎ焼き ツナと野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 若鶏の シューシー唐揚げ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 豆腐の五目煮 味噌汁 御飯	20日	朝食 ミートオムレツ ロールキャベツ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 オリジナル ポークカレー フレッシュ 野菜サラダ みかんゼリー コンソメスープ	22日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ 豆腐と野菜の煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 揚げボールの煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	23日	朝食 チキンバー マカロニの クリーム煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 中華旨煮 フレッシュ 野菜サラダ カルピスゼリー 中華スープ 御飯	24日	朝食 プレーンオムレツ ウインナーと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	25日	朝食 ヘルシー 豆腐ハンバーグ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ふわふわ親子丼 ちくわと 大根の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	26日	朝食 さつま揚げ ひじきの煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 タンメン 揚げシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ ヨーグルト 御飯	27日	朝食 目玉焼き スープ春雨 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 キーマカレー フレッシュ 野菜サラダ フルーツ コンソメスープ	29日	朝食 ねぎ焼き 鶏挽肉と 根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 香味塩だれチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	<div data-bbox="1010 1345 1416 1548" data-label="Text"> <p>＜今月の行事食＞            *2月3日(水)は「節分」です。            夕食時に豆まきを行います。皆で豆をまき、            恵方巻きを食べて健やかな一年にしましょう。            *2月14日(日)は「聖バレンタインデー」です。            2月13日(土)夕食に『手作り生チョコ』を            ご用意致しますので、お召し上がりください。</p> </div>																											
15日	朝食 焼きししゃも 糸こんにゃくの もやしの 味噌汁 御飯	夕食 ちゃんぽん コーンコロッケ ～彩りサラダ～ 杏仁 マンゴープリン 御飯	16日	朝食 目玉焼き マカロニの デミソース煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 五目巾着の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	17日	朝食 ベーコン ポテトバーグ 切り干し大根の 煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 The☆鶏丼 さつま揚げの煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	18日	朝食 じゃが芋の ツマヨオｰﾌﾞ焼き 田舎風煮物 ～味噌仕立て～ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ おすまし 御飯	夕食 絶品！マーボー豆腐 ハムカツ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 中華スープ 御飯	19日	朝食 ねぎ焼き ツナと野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 若鶏の シューシー唐揚げ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ 豆腐の五目煮 味噌汁 御飯	20日	朝食 ミートオムレツ ロールキャベツ ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 オリジナル ポークカレー フレッシュ 野菜サラダ みかんゼリー コンソメスープ	22日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ 豆腐と野菜の煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 揚げボールの煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	23日	朝食 チキンバー マカロニの クリーム煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 中華旨煮 フレッシュ 野菜サラダ カルピスゼリー 中華スープ 御飯	24日	朝食 プレーンオムレツ ウインナーと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	25日	朝食 ヘルシー 豆腐ハンバーグ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ふわふわ親子丼 ちくわと 大根の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	26日	朝食 さつま揚げ ひじきの煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 タンメン 揚げシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ ヨーグルト 御飯	27日	朝食 目玉焼き スープ春雨 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 キーマカレー フレッシュ 野菜サラダ フルーツ コンソメスープ	29日	朝食 ねぎ焼き 鶏挽肉と 根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 香味塩だれチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	<div data-bbox="1010 1345 1416 1548" data-label="Text"> <p>＜今月の行事食＞            *2月3日(水)は「節分」です。            夕食時に豆まきを行います。皆で豆をまき、            恵方巻きを食べて健やかな一年にしましょう。            *2月14日(日)は「聖バレンタインデー」です。            2月13日(土)夕食に『手作り生チョコ』を            ご用意致しますので、お召し上がりください。</p> </div>																																													
22日	朝食 ポテトの マヨネーズ焼き ～ﾌﾗｯﾊﾟｰｶﾞｰｶﾞけ～ 豆腐と野菜の煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め 揚げボールの煮物 フレッシュ 野菜サラダ おすまし 御飯	23日	朝食 チキンバー マカロニの クリーム煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 豚肉と野菜の 中華旨煮 フレッシュ 野菜サラダ カルピスゼリー 中華スープ 御飯	24日	朝食 プレーンオムレツ ウインナーと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	25日	朝食 ヘルシー 豆腐ハンバーグ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ふわふわ親子丼 ちくわと 大根の煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁	26日	朝食 さつま揚げ ひじきの煮物 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 タンメン 揚げシューマイ ～ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ～ ヨーグルト 御飯	27日	朝食 目玉焼き スープ春雨 ｺｰﾙﾄﾞｰｻﾞﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 キーマカレー フレッシュ 野菜サラダ フルーツ コンソメスープ	29日	朝食 ねぎ焼き 鶏挽肉と 根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 香味塩だれチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	<div data-bbox="1010 1345 1416 1548" data-label="Text"> <p>＜今月の行事食＞            *2月3日(水)は「節分」です。            夕食時に豆まきを行います。皆で豆をまき、            恵方巻きを食べて健やかな一年にしましょう。            *2月14日(日)は「聖バレンタインデー」です。            2月13日(土)夕食に『手作り生チョコ』を            ご用意致しますので、お召し上がりください。</p> </div>																																																															
29日	朝食 ねぎ焼き 鶏挽肉と 根菜の煮物 ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	夕食 香味塩だれチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ ｸﾏﾄｷｬﾘと 味噌汁 御飯	<div data-bbox="1010 1345 1416 1548" data-label="Text"> <p>＜今月の行事食＞            *2月3日(水)は「節分」です。            夕食時に豆まきを行います。皆で豆をまき、            恵方巻きを食べて健やかな一年にしましょう。            *2月14日(日)は「聖バレンタインデー」です。            2月13日(土)夕食に『手作り生チョコ』を            ご用意致しますので、お召し上がりください。</p> </div>																																																																																	

◎市場の都合によりメニューを変更する場合があります。



東仁学生会館給食センターの表彰等  
 ※2014年5月  
 「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新  
 ※2009年5月  
 「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新  
 ※2007年11月  
 社団法人日本食品衛生協会において  
 食品衛生優良施設として表彰  
 (該当内235社中の2社が表彰)  
 ※2005年5月  
 「東京都食品衛生自主管理認証制度」取得

携帯電話の専用サイトに、本日の夕食がご覧になれます。  
 <本日の夕食携帯電話専用HPアドレス>  
<http://www.tokyo-stage.co.jp/i/m.html>  
 右のバーコードからもご覧になれます。

