

11月 Menu

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

朝食	夕食
ブレンオムレツ じゃがベーコンの マヨソテー コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	和風おろし ハンバーグ ※ナポリタン※ いんげん海苔サラダ ブロッコリーの 胡麻マヨ和え 味噌汁 御飯
朝食	夕食
大判包み蒸し ツナと根菜の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	若鶏の ジューシー唐揚げ ※フレッシュ野菜サラダ※ 昔ながらの 味噌田楽 フルーツゼリー おすまし 御飯

文化の日

朝食	夕食
ﾊﾞｰｺﾝﾎﾞﾂﾃﾂﾊﾞｰｸﾞ 切り干し大根の煮物 ｽﾊﾟﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞﾞ 味噌汁 御飯	豚肉と野菜の 香味炒め 野菜豆腐寄せの 煮物 春雨サラダ おすまし 御飯
朝食	夕食
目玉焼き ｲﾝﾎﾞｰと野菜の ｸﾘｰﾑ煮 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ハヤシライス つぶつぶ コーンサラダ フルーツみかん コンソメスープ

朝食	夕食
えびすり身 オープン焼き 鶏挽肉と根菜の 煮物 わかめとわかめとの 和え物 味噌汁 御飯	カレーうどん ｸﾘｰﾑｺｯﾁ ※コールスローサラダ※ ころころカステラ ～バナナ味～ 御飯

朝食	夕食
ジャーマンポテト スープ春雨 コールスローサラダ 飲むヨーグルト パン コーヒー・紅茶	甘辛ｸﾞﾗﾂﾞﾌﾞﾌﾞﾌﾞ 蒸しシウマイ ※彩りサラダ※ さつまいもいんげん 味噌汁

朝食	夕食
目玉焼き ちくわと大根の 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	森の子ハンバーグ ※パスタソテー※ ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ みかんゼリー コンソメスープ ライス

朝食	夕食
ﾑﾛｱｼﾞの塩焼き 五目煮 枝豆ともやしの 和え物 味噌汁 御飯	担々麺 エビカツ ※コールスローサラダ※ ヨーグルト 御飯

朝食	夕食
ミートオムレツ ベーコンと野菜の ソテー コールスローサラダ 味噌汁 御飯	チキンの山賊焼き ※野菜ソテー※ じゃがバター 切り干し大根の 梅和え 味噌汁 御飯

朝食	夕食
ヘルシー 豆腐ハンバーグ もやしの 中華風炒め コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	キーマカレー マカロニサラダ フルーツ コンソメスープ

朝食	夕食
miniハンバーグ 里芋の煮物 もやしと人参の おかか和え 味噌汁 御飯	白身フリッターの 甘酢あんかけ 揚げボールの煮物 手作り 胡麻ドレサラダ 味噌汁 御飯

朝食	夕食
ﾎｰﾂﾂのﾏﾂﾂｰｽﾞ 焼き ～ﾌﾗｯｸﾊﾞｰｸﾞ～ マカロニの デミソース煮 コールスローサラダ ジョア パン コーヒー・紅茶	彩り三色丼 白身チーズフライ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ※ 和☆らびもち (きな粉) あったか豚汁

朝食	夕食
厚揚げ焼き 肉団子と野菜の 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ミートソース スパゲティー 栗とかぼちゃの コロッケ ※コールスローサラダ※ 杏仁マンゴー コンソメスープ ライス

朝食	夕食
いか入りねぎ焼き 鶏肉と根菜の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ｸﾞﾘﾙﾁｷﾝ ～和風きのこソース～ ※野菜ソテー※ さつまいもサラダ フルーツ コンソメスープ ライス

朝食	夕食
こんがり焼き ししゃも ｷｬﾍﾞﾂそぼろｼｰ おひたし 味噌汁 御飯	あっさり！ 塩マーボー豆腐 肉巻きシウマイ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ※ 中華スープ 御飯

朝食	夕食
ハッシュドポテト ツナと野菜のソテー フルーツみかん パン コーヒー・紅茶	オリジナル チキンカレー シーザーサラダ フルーツゼリー コンソメスープ

朝食	夕食
ﾊﾞｰｺﾝﾎﾞﾂﾃﾂﾊﾞｰｸﾞ 大根のそぼろ煮 もやしのナムル 味噌汁 御飯	デミソースDE ハンバーグ ※ナポリタン※ ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ カルピスゼリー コンソメスープ ライス

朝食	夕食
チーズオムレツ ミートボールの クリーム煮 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	今が旬♪ 秋刀魚の塩焼き 筑前煮 ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ 納豆 味噌汁 御飯

勤労感謝の日

朝食	夕食
目玉焼き きんぴらごぼう ポテトサラダ 味噌汁 御飯	0-ｽﾄ☆eggｶｰ 枝豆たっぷり コロッケ ※コールスローサラダ※ ヨーグルト コンソメスープ

朝食	夕食
白身魚のフライ 切り干し大根の 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ｽﾏｲﾙﾁｷﾝ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜サラダ※ 豆腐の五目煮 味噌汁 御飯

朝食	夕食
ﾎｰﾂﾂのﾄﾏﾄﾘｰｽﾞ ｸﾞﾗﾀﾝ スープ春雨 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ハヤシライス 海藻サラダ フルーツみかん コンソメスープ

朝食	夕食
目玉焼き 糸こんにゃくの そぼろ煮 もやしと人参の おかか和え 味噌汁 御飯	酸辣湯麺 カレーコロッケ ※コールスローサラダ※ フルーツゼリー 御飯

朝食	夕食
ハッシュドポテト ミートボールの コンソメ煮 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	豚肉と野菜の シンジャソース あったか豆腐 ｼｬｷｼｬｷ大根サラダ 味噌汁 御飯

朝食	夕食
ちくわの磯辺揚げ もやしの 中華風炒め コールスローサラダ 味噌汁 御飯	クリーミー マカロニグラタン アジフライ ※コールスローサラダ※ 玉葱とﾊﾑのﾏﾂﾂ コンソメスープ ライス

◎市場の都合によりメニューを変更する場合があります。



東に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
(該当官内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て、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ご覧になれます。



2016 東に学生会館