



☆季節の特別メニュー☆

3月3日(水)は「桃の節句」です。  
桃の節句と卒業をお祝いする気持ちを込めて、  
夕食に特別メニューをご用意いたします。

3月14日(日)はホワイトデーです。  
13日(土)夕食に「お楽しみデザート」をご用意いたします。

※市場の都合によりメニューを変更する場合があります。  
※すべての献立に、ご飯・パン・味噌汁・スープのいずれかが付きます。



東仁学生会館は食物アレルギー患者の健康被害を防止するため「食品表示基準」における特定原材料の表示を行っています。

アレルギー表示のアイコン：  
小麦、乳、卵、かに、落花生、えび、そば

※アレルギーをお持ちの方はご確認の上、お召し上がりください。



1	Mon	・ブレンオムレツ ・ポークウインナー ・若布サラダ	・味噌カツ丼 ～東仁学生会館オリジナル味噌ダレ～ ・五目巾着の煮物・春雨サラダ・白菜の浅漬け
2	Tue	・ミートボール～カレーソース～ ・こだわり卵の目玉焼き千葉県産卵～匝瑳の桜～ ・グリーンサラダ	・豚肉と野菜のジンジャーソテー ・厚揚げのおろしポン酢掛け ・ポテトサラダ・フルーツ
3	Wed	・お任せ焼き魚 ・豚肉と根菜の五目煮 ・白菜のお浸し	季節の特別メニュー ・彩り三色丼・おでん風煮物 ・海藻サラダ～青じそ風味～・フルーツ白玉 ・菜の花のお吸い物&雛あられ
4	Thu	・ひじきと野菜の豆腐揚げ ・もやしと豆苗の塩麻婆炒め ・キャベツと人参のサラダ	・クリーミーチキンソテー ・カレーコロッケ・キャベツとパプリカのサラダ ・白菜と蜜柑のフレンチ和え
5	Fri	・こだわり卵の目玉焼き千葉県産卵～匝瑳の桜～ ・ポテトとウインナーのカレーケチャップ ・グリーンサラダ	・シーフードフライ ・ごろっと肉じゃが・ささみとキャベツのさっぱり和え ・スパゲティサラダ・ほかほか大根スープ
6	Sat	・キャベツたっぷり☆ミネストローネ ・ヨーグルト ・大根と水菜のマヨポン和え	・若鶏のジューシー唐揚げ ・お任せの煮物 ・山盛りキャベツ
7	Sun		
8	Mon	・あげたてさつま揚げ ・きんぴらごぼう ・若布サラダ	・ふわふわ親子丼・大葉香るサクサク春巻き ・キャベツとパプリカのサラダ ・切り干し大根の胡麻和え
9	Tue	・こだわり卵の目玉焼き千葉県産卵～匝瑳の桜～ ・ポークウインナー ・グリーンサラダ	・おかめうどん ・お任せ天麩羅・キャベツとパプリカのサラダ ・ブロッコリーのタルタル和え・シラス若布御飯
10	Wed	・和風ハンバーグ ・ツナと根菜の煮物 ・法連草ともやしのお浸し	・お任せ焼き魚 ・吉野煮・フレッシュハムサラダ ・蕨餅
11	Thu	・こだわり卵のスクランブルエッグ千葉県産～匝瑳の桜～ ・スープ春雨 ・キャベツと人参のサラダ	季節のフルーツ ・やみつき!マーボー豆腐 ・お任せ点心 ・彩りサラダ・伊予柑
12	Fri	・ささみ磯辺フライ ・切り干し大根の煮物 ・グリーンサラダ	・ミートソースドリア～とろとろチーズのせ～ ・きたあかりコロッケ ・キャベツとパプリカのサラダ・キャロット・ラベ
13	Sat	・たこベジカツ ・牛粗挽き肉と野菜のソテー ・キャベツと人参のサラダ	季節の特別メニュー ・チキンカツ～オーロラソースがけ～ ・オニオンサラダ・パスタソテー ・法連草と苺のミルクスープ・お楽しみデザート
14	Sun		
15	Mon	・こだわり卵の目玉焼き千葉県産卵～匝瑳の桜～ ・枝豆天の煮物 ・茹でキャベツ	・豚肉と野菜の香味炒め ・白身チーズフライ ・豆腐と若布のサラダ・プチシュー

16	Tue	・鯖の塩焼き ・大根と鶏そぼろの味噌煮 ・若布サラダ	・照り焼きチキン ～東仁学生会館オリジナル照り焼きソース～ ・チョコレギサラダ・揚げ茄子の煮浸し ・欧州産のポテトフライ・オクラとモロヘイヤのトロトロスープ
17	Wed	・お任せ蒸し物 ・もやしの中華風炒め ・キャベツと人参のサラダ	・煮込みチーズインハンバーグ ・おまかせフライ ・彩りサラダ・フルーツゼリー
18	Thu	・もちりちチヂミ ・キャベツそぼろソテー ・カリフラワーのゆかり和え	・NEW 大きな野菜かき揚げ丼 ・三種の根菜つみれの煮物 ・キャベツとパプリカのサラダ・中華クラゲの和え物
19	Fri	・ハムポテトフライ ・こだわり卵の目玉焼き千葉県産卵～匝瑳の桜～ ・グリーンサラダ	・オリジナルチキンカレー ・フレッシュ野菜サラダ ・お任せスイーツ
20	Sat		

3/20(土)朝食～3/31(水)の夕食迄、食事の提供はありません。  
次回は4/1(木)朝食より開始いたします。

3月で退館される方へ  
これからも規則正しい食生活で  
元気に頑張ってください。  
皆様の活躍を心より応援しています。

継続される方へ  
4月からも、  
より一層美味しい食事を提供していけるよう  
頑張りますので、よろしく願いいたします。  
4月1日(木)朝食より食事をご用意いたします。

給食センターより

当日の夕食写真はInstagramにてご覧いただけます。

tohjin\_dormitory





3月

# 東仁学生会館でのお食事が、皆様の今後のご活躍の支えとなりますように。

東仁学生会館は、栄養バランスの取れた安心・安全なお食事で、皆様の快適な学生生活をサポートして参ります。栄養士だよりは、お食事について理解を深めていただける情報をお届けいたします。

卒業をお祝いする気持ちを込めて  
食事メニューNo.1決定戦上位メニュー  
をご用意しました。



## 3月3日(水) 桃の節句 季節の特別メニュー

3月3日(水)の夕食に『桃の節句メニュー』をご用意いたします。  
旧暦では3月3日は、桃の花が咲く季節であることから『桃の節句』と言われています。  
雛あられや菱餅の白・緑・桃の三色は、雪の大地・芽吹き・生命を表しており、この三色を食すことで自然のエネルギーを授かり、健やかに成長できるという意味もあります。

### 桃の節句メニュー

- ・彩り三色丼・おでん風煮物・海藻サラダ～青じそ風味～・フルーツ白玉
- ・菜の花のお吸い物&雛あられ



13日 土

夕食にホワイトデーの「お楽しみデザート」をご用意いたします。  
どうぞお楽しみに♡♡ ♡Happy WhiteDay ♡



### 季節のフルーツ

11(木) 夕食に「伊予柑」を提供いたします。



日に日に暖かくなり、春めいて参りました。卒業式をお迎いの皆様、ご卒業おめでとうございます。  
4月の新たな出発に向け、大きく羽ばたかれますようにお祈りいたします。

### 退館される皆様へ

東仁学生会館をご利用頂き、ありがとうございます。  
皆様のご活躍を心から願っております。



## 2020 東仁学生会館 食事メニュー No.1 決定戦

### 結果発表



#### 若鶏のジューシー唐揚げ

衣で旨味をとじ込めた、おいしさ満点☆の大人気の唐揚げです!

3/6 (土) 夕食



#### 照り焼きチキン

オリジナルの甘辛いタレが決め手です。

3/16 (火) 夕食



#### 味噌カツ丼

東仁学生会館オリジナルの味噌ダレです。

3/1 (月) 夕食



#### ミートソース ドリア

～とろとろチーズのせ～



#### 鶏もも肉の 味噌だれ焼き



たくさんのご応募ありがとうございました。  
皆様の声に応じて、ベスト3 がリクエスト登場します。お楽しみに。



### 東仁学生会館給食センターの表彰等

- 2019年05月「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新
- 2014年05月「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新
- 2009年05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
- 2005年05月「東京都食品衛生自主管理認証制度」取得

### ☆ご紹介キャンペーン実施中☆

お知り合いでご入館を希望されている方をご紹介ください!  
ご紹介頂いた方には謝礼としてギフトカード20,000円分  
ご入館頂いた方にはギフトカード20,000円分を差し上げます!  
ご家族の方がご入館された場合、更に10万円の割引特典がございます!



〒202-0014  
東京都西東京市富士町2-10-17  
東伏見ビル  
TEL.042(469)5666  
FAX.042(463)8395  
お申し込み・お問い合わせ・ご見学は  
☎ 0120(88)5575