11月　Menu

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
				1日 朝食 じゃがﾊﾞﾀｰｵﾑﾚﾂ 焼き豆腐の さっと煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 担々麺 鶏の唐揚げ ～野菜ｻﾗﾀﾞ～ 杏仁＆ ﾏﾝｺﾞｰﾌﾟﾘﾝMIX 御　飯	**2日** 朝食 さつま揚げ 五目煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 和風おろし ハンバーグ ～付け合わせ～ 豆腐と野菜の 煮物 胡麻ドレサラダ 味噌汁　御　飯	**3日** 朝食 ソース焼きそば ポーク ウインナー ミニサラダ コッペパン コーヒー・紅茶 夕食 具だくさんかに玉の 甘酢あんかけ チャプチェ 野菜サラダ ｼﾞｬﾑﾖｰｸﾞﾙﾄ 中華スープ 御　飯
4日 朝食 ﾊﾑﾁｰｽﾞﾋﾟｶﾀ 里芋とｺﾝﾆｬｸの 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｶﾙﾎﾞﾅｰﾗ 牛肉ｺﾛｯｹ＆ ｴﾋﾞﾌﾗｲ ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ コーヒーゼリー コンソメスープ 菜飯御飯	**5日** 朝食 蒸しｼｭｳﾏｲ 厚揚げ焼き ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御　飯 夕食 開花丼 湯　奴 野菜サラダ 三色ナムル ミニそば	**6日** 朝食 ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ シェル＆ コーンのソテー ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 鮭のムニエル （ﾀﾙﾀﾙｿｰｽ） ～付け合わせ～ 洋風じゃが芋 （トマト風味） 野菜サラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ　ﾗｲｽ	**7日** 朝食 お魚のすり身 ｵｰﾌﾞﾝ焼き 挽肉と大根の 煮物 もやしの 胡麻和え 味噌汁　御　飯 夕食 若鶏の竜田揚げ ふろふき大根 野菜サラダ フルーツ おすまし 御　飯	**8日** 朝食 肉野菜炒め 温泉卵 ミニサラダ 味噌汁 御　飯 夕食 野菜たっぷり チャンポン エビカツ＆ ポテトフライ ～MIXサラダ～ パインゼリー ワカメ御飯	**9日** 朝食 白身魚の オーブン焼き 厚揚げの そぼろ煮 青菜の ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え 味噌汁　御　飯 夕食 牛肉の香味炒め おでん 春雨サラダ （ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え） 納　豆 味噌汁　御　飯	**10日** 朝食 チキンナゲット マカロニの クリーム煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾚﾝﾁﾄｰｽﾄ コーヒー・紅茶 夕食 焼きカレー シーザーサラダ フルーツ ヨーグルト コンソメスープ
11日 朝食 焼きホッケ 肉じゃが ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾛｺﾓｺﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ～付け合わせ～ マカロニサラダ コーンスープ ライス	**12日** 朝食 笹かまぼこ 鶏肉と根菜の 煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御　飯 夕食 チキンライス フライ２種＆ ウインナー ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ ヨーグルト コンソメスープ	**13日** 朝食 チーズオムレツ ﾏｶﾛﾆと野菜の ｶﾚｰ粉炒め ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 鯖のみりん 醤油漬け じゃが芋の そぼろ煮 胡麻ドレサラダ おすまし ひじき御飯	**14日** 朝食 竹輪の 磯辺揚げ 卵とｷｸﾗｹﾞの 炒め物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾁｷﾝの ﾁｰｽﾞ香草焼き ～付け合わせ～ ミモザサラダ フルーツ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ　ﾗｲｽ	**15日** 朝食 ベーコン＆ エッグ 肉団子の コンソメ煮 ミニサラダ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾂﾅとﾍﾞｰｺﾝの ﾄﾏﾄｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ ｸﾘｰﾐｰｺﾛｯｹ&ｲｶﾌﾗｲ ～MIXサラダ～ 飲むヨーグルト コンソメスープ 菜飯御飯	**16日** 朝食 焼き鮭 筑前煮 小松菜ともやし のおひたし 味噌汁 御　飯 夕食 豚肉の 特製味噌焼き ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ 豆腐の 中華風五目煮 ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ おすまし　御 飯	**17日** 朝食 ﾏｶﾛﾆｸﾞﾗﾀﾝ ハムと野菜の トマト煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 牛　乳 揚げパン コーヒー・紅茶 夕食 クリーム シチュー かぼちゃｺﾛｯｹ＆ ｴﾋﾞﾌﾗｲ ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ コーヒーゼリー ライス
18日 朝食 蒸しシュウマイ 厚揚げ焼き ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 やわらか ヒレカツ丼 魚河岸揚げと ｺﾝﾆｬｸの煮物 野菜サラダ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ 味噌汁	**19日** 朝食 ミートボール 田舎風煮物 ミニサラダ 味付け海苔 おすまし 御　飯 夕食 豚肉の細切りと 玉葱の炒め物 焼き竹輪と 結び白滝の煮物 春雨サラダ （ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え） バナナ 味噌汁　御　飯	**20日** 朝食 BLTﾁｰｽﾞ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ チキンと 野菜のうま煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 焼き鯖 ～付け合わせ～ 鶏肉の ｶｼｭｰﾅｯﾂ炒め 和風サラダ のっぺい汁 御　飯	**21日** 朝食 さつま揚げ 豚挽肉と 豆腐の卵とじ ミニサラダ 味噌汁 御　飯 夕食 照り焼きチキン ～付け合わせ～ ツナサラダ ミルクゼリー 味噌汁 御　飯	**22日** 朝食 大判玉子焼き きんぴらごぼう ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 焼きﾁｰｽﾞﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ （ﾄﾏﾄ煮込み） ﾏｰﾒｲﾄﾞｻﾗﾀﾞ フルーチェ コンソメスープ ライス	**23日** 朝食 じゃが芋の ﾂﾅﾏﾖｵｰﾌﾞﾝ焼き 糸ｺﾝﾆｬｸと 挽肉の煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 五目あんかけ ラーメン 焼き餃子 ～もやしｻﾗﾀﾞ～ 手作り杏仁豆腐 ゆかり御飯	**24日** 朝食 白身魚の ｶﾚｰﾊﾟﾝ粉焼き 鶏肉と大根の 煮物 ミニサラダ 味噌汁　御　飯 夕食 牛　丼 ～温泉卵付き～ ｲｶと野菜の 塩炒め 野菜サラダ ｷｭｳﾘの浅漬け 味噌汁
25日 朝食 じゃがバター オムレツ 吉野煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ｼﾞｭｰｼｰ鶏の 唐揚げ ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ 豆腐の五目煮 （塩味） ミニラーメン 御　飯	**26日** 朝食 豚肉入り 薄焼き玉子 ひじきの煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御　飯 夕食 ベニス風ドリア エビカツ ～MIXサラダ～ （ﾏｶﾛﾆ添え） フルーツ コンソメスープ	**27日** 朝食 明太子オムレツ 野菜のﾁｬｳﾀﾞｰ ミニサラダ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 焼きホッケ 鶏肉と野菜の ﾏﾖﾈｰｽﾞ炒め 胡麻ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ 糸ｺﾝﾆｬｸの 田楽風 ぽかぽか 大根スープ 御　飯	**28日** 朝食 ハム＆エッグ ﾂﾅとじゃが芋の 煮物 白菜ともやしの おひたし 味噌汁 御　飯 夕食 チキンの ねぎ塩焼き ～付け合わせ～ さつま揚げと 千切り野菜の煮物 野菜サラダ 味噌汁　御　飯	**29日** 朝食 ミニハンバーグ ﾏｶﾛﾆと野菜の ｺﾝｿﾒ炒め ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 豚肉の生姜焼き ～ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ～ あんかけ 揚げだし豆腐 ヨーグルト 味噌汁 御　飯	**30日** 朝食 焼き鮭 鶏じゃが もやしと胡瓜の 胡麻酢和え 味噌汁 御　飯 夕食 酸辣湯麺 揚げｼｭｳﾏｲ ～ﾚﾀｽｻﾗﾀﾞ～ ﾌﾙｰﾂﾐｯｸｽ チャーハン

東京都食品衛生自主管理認証制度

東仁学生会館給食センターの表彰等

※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

◎市場の都合によりメニューを変更する場合があります。

火曜日又は木曜日の朝食メニューにつきましてはパン、コーヒー・紅茶の表示をしてありますが、御飯、味噌汁の提供をしている会館もあります。

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もご覧になれます。

2012 東仁学生会館