

# 12月 Menu



Sunday Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday

<b>1日</b> 朝食 ス克蘭ブル 夕食 チキンカレー エッグ シルバーサラダ ロールキャバツ アロエ ミニサラダ ヨーグルト ピザトースト コーンスープ コーヒー・紅茶	
---	--

<b>2日</b> 朝食 肉のみりん焼き 鶏挽肉と豆腐の煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> とんかつ&エビフライ ミニおでん ジョア 味噌汁 御飯	<b>3日</b> 朝食 蒸しシウマイ 煮染め ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> シーフード ドリア フライ二種 ~コールド-サラダ~ フルーツ杏仁ミルク コンソメスープ	<b>4日</b> 朝食 ハムステーキ パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> 鯖の味噌煮 豚肉とビーツの炒め物 わかめサラダ 納豆 おすまし 御飯	<b>5日</b> 朝食 目玉焼き 鶏肉と春雨のさっと煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 麻婆豆腐 パリッと春巻き ~MIXサラダ~ 飲むヨーグルト 春雨と卵の中華スープ	<b>6日</b> 朝食 さつま揚げ ポークハムと野菜のソテー 小松菜と白菜のおひたし 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 親子丼 かに風味つみれの煮物 野菜サラダ 白菜の浅漬け 味噌汁 御飯	<b>7日</b> 朝食 白身魚のソテー マチズ焼き けんちん煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> ☆クリスマスパーティー メニュー☆	<b>8日</b> 朝食 玉子焼き 切り干し大根の煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 照りマヨ ハンバーグ ~付け合わせ~ 湯奴 チーズサラダ 味噌汁 御飯
---	--	--	--	---	--	---	---	---	--	---	-----------------------------------	--	--

<b>9日</b> 朝食 ベーコン&エッグ 里芋のそぼろ煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> チキン南蛮 ~MIXサラダ~ 三色高野信田の煮物 フルーツ ミニうどん 御飯	<b>10日</b> 朝食 焼き鮭 吉野煮 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 豚肉の生姜焼き ~付け合わせ~ 焼き竹輪と白滝の煮物 胡麻ドレサラダ 味噌汁 御飯	<b>11日</b> 朝食 ハッシュポテト 貝だくさん ポトフ コールド-サラダ パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> 赤魚の唐揚げ 野菜あんかけ 鶏野菜炒め 大根サラダ フルーツ 味噌汁 十五穀米	<b>12日</b> 朝食 卵と野菜の炒め物 厚揚げのさっと煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 炒め物 トマトスかき ~付け合わせ~ コーンサラダ パインゼリー コリアンダーライス	<b>13日</b> 朝食 肉巻き ツナと野菜のソテー ミニサラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 味噌煮込み風うどん メンチカツ&イカフライ ~コールド-サラダ~ ジャコウフルーツ ワカメ御飯	<b>14日</b> 朝食 焼きホッケ 肉団子のコンソメ煮 ミニサラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> おでん 牛肉の香味炒め シルバーサラダ フルーツ 味噌汁 御飯	<b>15日</b> 朝食 鶏肉と野菜のトマト煮 ミニサラダ 牛乳 パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> キーマカレー マーメイド サラダ ミルクゼリー コンソメスープ
--	--	--	---	---	--	--	--	---	--	---	---	---	--

<b>16日</b> 朝食 ハムカツ 鶏肉とゴボウの煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 鯖のみりん 醤油漬 豚肉と野菜の炒め物 野菜サラダ 納豆 味噌汁 御飯	<b>17日</b> 朝食 チキンソテー 里芋の煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> とんかつ ~コールド-サラダ~ 五色野菜の寄せ揚げ煮物 フルーツ 味噌汁 御飯	<b>18日</b> 朝食 フレッシュ エッグチーズ キャバツ ~そばろソテー~ ミニサラダ パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> サモシのニール ~付け合わせ~ 洋風じゃが芋 (カレー風味) 野菜サラダ コンソメスープ ライス	<b>19日</b> 朝食 笹かまぼこ チキンと野菜のうま煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> すき焼き風煮物 竹輪の磯辺揚げ&ポテトフライ マカロニサラダ 温泉卵 味噌汁 御飯	<b>20日</b> 朝食 厚揚げ焼き 五目煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 中華丼 蒸籠セット ~コールド-サラダ~ 手作り杏仁豆腐 中華スープ	<b>21日</b> 朝食 焼き鯖 けんちん煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 担々麺 野菜コロッケ&エビフライ ~ハラスラダ~ かぼちゃプリン 御飯	<b>22日</b> 朝食 たまごグラタン マカロニのクリーム煮 コールド-サラダ パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> ハッシュド ビーフ ミモザサラダ コーヒーゼリー コーンスープ
---	--	---	---	--	---	---	---	--	---	---	--	---	--

<b>23日</b> 朝食 ミートボール 豆腐とコシヤの煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 例えハムバーグ ~付け合わせ~ 野菜サラダ フルーツ コンソメスープ ライス	<b>24日</b> 朝食 千草玉子焼き ひじきの煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 開花丼 ちぎり揚げとコシヤの煮物 コーンサラダ 飲むヨーグルト 味噌汁 御飯	<b>25日</b> 朝食 肉のみりん焼き 野菜入り 鶏つくね ~コールド-サラダ~ クラスター コーンスープ ライス	<b>夕食</b> とろり卵のカルボナーラ 若鶏のこま照り焼き 根菜とさつま揚げの煮物 小松菜と白菜の納豆 おひたし 味噌汁 御飯	<b>26日</b> 朝食 鯖の味噌煮 肉じゃが 胡麻ドレサラダ 納豆 沢煮焼 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> ハム&エッグ 鶏肉と大根の煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>27日</b> 朝食 ハム&エッグ 鶏肉と大根の煮物 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> ボークカレー シーザーサラダ (ゆで卵添え) フルーツ ヨーグルト コンソメスープ	<b>28日</b> 朝食 焼き鯖 じゃが芋のそぼろ煮 コールド-サラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> しゃきしゃき もやしのカキ揚げ 揚げ餃子&花咲いか焼売 ~コールド-サラダ~ 杏仁粥 フルーツ 御飯	<b>29日</b> 朝食 ジャマポテト ポークカレー (別添え) コールド-サラダ パン コーヒー・紅茶	<b>夕食</b> チーズ ハンバーグ ~付け合わせ~ ツナサラダ フルーツ コンソメスープ ライス
--	--	--	--	--	--	---	--	--	---	--	---	---	---

<b>30日</b> 朝食 蒸しシウマイ 豆腐と野菜の煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> チキンライス フライ二種 ~ハラスラダ~ フルーツ コンソメスープ	<b>31日</b> 朝食 ミニハンバーグ &ウインナー じゃが芋の甘辛煮 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	<b>夕食</b> 年越しそば 天ぷら 盛り合わせ 胡麻ドレサラダ コーヒーゼリー ひじきご飯	東仁学生会館給食センターの表彰等 ©市場の都合によりメニューを変更する場合があります。 ※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	火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。 <今月の行事食> *12月7日(金)にクリスマスイベントとして、 パーティーメニューをご用意します。 *12月21日(金)は冬至ですので、共有会館には 「ゆず」を配布し、ゆず風呂を実施します。	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。	
---	--	---	---	--	---	---	--

