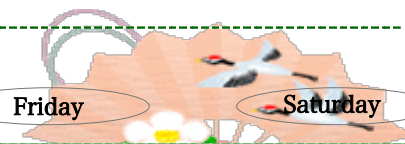


# 1月 Menu



Sunday

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

<p><b>1日</b></p> <p><b>朝食</b> おせち 伊達巻き 黒豆 筑前煮 栗きんとん 蒲鉾 中華春雨サラダ 紅白なます フルーツ 煮染め 沢煮椀 お雑煮 御飯</p> <p><b>夕食</b> 鮭のムニエル ごぼうと 中華春雨サラダ 豚挽肉と 豆腐の卵とじ (コソメ味) ~付け合わせ~ ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>2日</b></p> <p><b>朝食</b> ごまひじき 厚揚げと 豚挽肉と 豆腐の卵とじ ~付け合わせ~ ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 照り焼きチキン ハーグ 洋風じゃが芋 洋風じゃが芋 (コソメ味) 野菜サラダ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>3日</b></p> <p><b>朝食</b> アーソムツ 厚揚げと 青菜の煮浸し ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 豚肉の生姜焼き ~ポトフサラダ~ 彩り信田と コソメの煮物 野菜サラダ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>4日</b></p> <p><b>朝食</b> 焼き鯖 切り干し 大根の煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 酸辣湯麺 鶏の唐揚げ ~ハカサダ~ 飲むヨーグルト 御飯</p>		<p><b>5日</b></p> <p><b>朝食</b> 竹輪の磯辺揚げ 田舎風煮物 (味噌仕立て) ~コソメ味~ おすまし 御飯</p> <p><b>夕食</b> ビーフカレー マ〜ド サダ フルーチェ コンソメスープ 御飯</p>					
<p><b>6日</b></p> <p><b>朝食</b> 卵と野菜の 炒め物 鶏団子と 野菜の煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> ハゲティートロス クリミ〜コック&amp; 揚げ ~コソメ味~ フルーツ コンソメスープ ライス</p>		<p><b>7日</b></p> <p><b>朝食</b> パ〜ン&amp;トッパ ごぼうと 糸コソメの炒め煮 ミニサラダ 味噌汁 七草粥</p> <p><b>夕食</b> チキンライス フライ2種&amp; ウインナー ~コソメ味~ フルーツ コンソメスープ</p>		<p><b>8日</b></p> <p><b>朝食</b> ポテトグラタン ポークビーンズ ~コソメ味~ パン コーヒー・紅茶</p> <p><b>夕食</b> とんかつ ~MIXサラダ~ 加風味つみれと コソメの煮物 納豆 味噌汁 御飯</p>		<p><b>9日</b></p> <p><b>朝食</b> 大判玉子焼き 糸コソメと 挽肉の煮物 ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 八宝菜 蒸しシュウマイ ~MIXサラダ~ みかんゼリー 中華スープ 御飯</p>		<p><b>10日</b></p> <p><b>朝食</b> ハワイアン ステーキ マカロニの デミソース煮 ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> スパゲティ カルボナーラ 北海道トッパ&amp; コソメ ~コソメ味~ コンソメスープ ワカメ御飯</p>		<p><b>11日</b></p> <p><b>朝食</b> 焼き鯖 けんちん煮物 小松菜の 胡麻和え 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 親子丼 湯 奴 カニかまサラダ おしるこ 味噌汁</p>		<p><b>12日</b></p> <p><b>朝食</b> フック&amp;トッパ 野菜たっぷり ~コソメ味~ パン コーヒー・紅茶</p> <p><b>夕食</b> 赤魚の唐揚げ (野菜あんかけ) 茶碗蒸し 胡麻ドレサラダ 自家製パ〜ン 味噌汁 赤飯</p>	
<p><b>13日</b></p> <p><b>朝食</b> 仏チヌビカ 豆腐と 野菜の煮物 ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> ハッシュド ビーフ かぼちゃサラダ フルーツ ヨーグルト コンソメスープ</p>		<p><b>14日</b></p> <p><b>朝食</b> ミートボール ひじきの煮物 ~コソメ味~ おすまし 御飯</p> <p><b>夕食</b> とり天丼 魚河岸揚げと コソメの煮物 野菜サラダ フルーツ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>15日</b></p> <p><b>朝食</b> 明太子オムレツ 里芋の煮物 マカロニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 鮭の香草 パン粉焼き ~付け合わせ~ 洋風じゃが芋 (トホ風味) コンソメスープ ライス</p>		<p><b>16日</b></p> <p><b>朝食</b> チキンソテー 焼揚げと コソメの味噌煮 もやしと胡瓜の 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 肉豆腐 かぼちゃトッパ&amp; メンチカツ ~コソメ味~ フルーツ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>17日</b></p> <p><b>朝食</b> チーズロール ハムと野菜の 炒め物 ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 担々麺 チキンの ねぎ塩焼き ~MIXサラダ~ ジョア チャーハン</p>		<p><b>18日</b></p> <p><b>朝食</b> 白身魚の マ〜ン 焼き チキンのうま煮 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 勝！丼 (カツ丼) 洋風信田の 煮物 野菜サラダ フルーツ 味噌汁</p>		<p><b>19日</b></p> <p><b>朝食</b> ハッシュポテト ミートボールの ミニサラダ フルーツ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> おでん 牛肉の香味炒め クリーム煮 白菜の浅漬け 味噌汁 御飯</p>	
<p><b>20日</b></p> <p><b>朝食</b> 玉子焼き 貝だくさん ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> ポークカレー マカロニサラダ 杏仁マ〜ン ~コソメ味~ コンソメスープ</p>		<p><b>21日</b></p> <p><b>朝食</b> さつま揚げ 吉野煮 ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 麻婆豆腐 揚げ橋餃子&amp; 花咲いか焼売 ~MIXサラダ~ 手作り杏仁豆腐 中華スープ 御飯</p>		<p><b>22日</b></p> <p><b>朝食</b> スパ〜ン風 丸コソメの野菜の 炒め物 ミニサラダ パン コーヒー・紅茶</p> <p><b>夕食</b> 焼き鯖 鶏肉の カ〜ンツ炒め 野菜サラダ 納豆 のっぺい汁 御飯</p>		<p><b>23日</b></p> <p><b>朝食</b> 山芋入りふんわり 豆腐ハ〜ン キャ〜ンソぼろ ミニサラダ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> ツナとコソメの トマト&amp;ハゲティ 野菜トッパ&amp;ヒカ ~コソメ味~ コンソメスープ 菜飯御飯</p>		<p><b>24日</b></p> <p><b>朝食</b> 肉巻き さんびらごぼう もやしと胡瓜の 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> シューシー 鶏の唐揚げ 味噌田楽 ~コソメ味~ フルーツ おすまし 御飯</p>		<p><b>25日</b></p> <p><b>朝食</b> 白身魚の カルボナーラ 五目煮 白菜のおひたし 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 味噌煮込み風 うどん 竹輪の磯辺揚げ ~MIXサラダ~ ヨーグルト 御飯</p>		<p><b>26日</b></p> <p><b>朝食</b> ポテトグラタン 野菜のチャ〜ン ミニサラダ 牛乳 揚げパン 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> デミ〜ンDE ハ〜ン ~付け合わせ~ シーザーサラダ カルピスゼリー ライス</p>	
<p><b>27日</b></p> <p><b>朝食</b> 竹のみりん焼き 卵と野菜の 炒め物 ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> ベニス風ドリア おまかせフライ 野菜サラダ コンソメスープ</p>		<p><b>28日</b></p> <p><b>朝食</b> ハゲティ ごぼうと 糸コソメの炒め煮 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 豚肉の生姜焼き ~コソメ味~ 海鮮ボ〜ルの煮物 ジャーマンポテト 味噌汁 御飯</p>		<p><b>29日</b></p> <p><b>朝食</b> スクラップ 肉団子と野菜の コンソメ煮 ミニサラダ パン コーヒー・紅茶</p> <p><b>夕食</b> 焼きホック 豆腐の 肉味噌のせ わかめサラダ 飲むヨーグルト おすまし 御飯</p>		<p><b>30日</b></p> <p><b>朝食</b> 笹かまぼこ もやしの 香味炒め ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 照り焼きチキン ~付け合わせ~ オニオンサラダ フルーツ 味噌汁 御飯</p>		<p><b>31日</b></p> <p><b>朝食</b> ごまひじき じゃが芋の ~コソメ味~ 味噌汁 御飯</p> <p><b>夕食</b> 中華丼 湯 奴 野菜サラダ ジャム ヨーグルト 中華スープ</p>					

◎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。



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

新年あけまして  
おめでとうございます

皆様が元気に過ごせますように今年も、美味しく  
安心・安全でより健康的な食事を提供できますよう  
頑張っておりますので、よろしくお願致します。

給食センター—10

<今月の行事食>

- \*1月7日(月)は、七草の日です。朝食時に「七草粥」を提供します。
- \*1月14日(月)は成人の日です。  
1月12日(土)夕食時にお祝いの気持ちを込めて、「赤飯」を提供します。  
(1月14日(月)が祝日の為)
- \*1月11日(金)は鏡開きです。夕食時に行事食として、「おしるこ」を提供します。

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。



2013 東仁学生会館