


10月 Menu

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
				1日		2日		3日		4日		5日	
				朝食 ポテトグラタン 夕食 秋刀魚の塩焼き ロールキャベツ 肉じゃが ミニサラダ 野菜サラダ パン 味噌汁 コーヒー・紅茶 栗御飯		朝食 ごまひじき 夕食 とんかつ バーク ~J-ルO-サダ~ ハムと野菜の 人参しりしり ソテー 味噌汁 もやしと胡瓜の 梅ダしかけ 味噌汁 御飯		朝食 明太子オムレツ 夕食 野菜たっぷり 焼き豆腐の チャンポン さっと煮 焼き餃子 J-ルO-サダ フルーツ 味噌汁 御飯		朝食 白身魚の 夕食 すき焼き風煮物 オープン焼き 竹輪の磯辺揚げ チキンと春雨の ~J-ルO-サダ~ さっと煮 味噌汁 J-ルO-サダ 御飯		朝食 ハッシュポテト 夕食 ハヤシライス パン マカロニサラダ トマトソース コーヒーゼリー J-ルO-サダ コンソメスープ パン コーヒー・紅茶	
6日		7日		8日		9日		10日		11日		12日	
朝食 千草玉子焼き 夕食 若鶏の竜田揚げ じゃが芋の 揚げポールの煮物 そぼろ煮 春雨サラダ J-ルO-サダ 味噌汁 御飯		朝食 ハムサラダ 夕食 クリーム フライ シチュー けんちん煮物 野菜コロッケ ミニサラダ ~J-ルO-サダ~ 味噌汁 ライス 味噌汁 御飯		朝食 目玉焼き 夕食 鮭のムニエル マカロニの (外カリッス) デミソース煮 ~付け合わせ~ J-ルO-サダ 洋風じゃが芋 パン (加-風味) コーヒー・紅茶 野菜サラダ コンソメスープ ライス		朝食 さかなと野菜の 夕食 豚肉としめじの すり身のオムレツ 塩炒め 筑前煮 玉葱やっこ J-ルO-サダ 野菜サラダ 味噌汁 御飯		朝食 プレーン 夕食 あつあつおでん オムレツ 若鶏の さユリと ヌーテ唐揚げ 挽肉の煮物 ~J-ルO-サダ~ ミニサラダ 味噌汁 御飯		朝食 焼き鯖 夕食 秋野菜の天ぷら 厚揚げの 盛り合わせ さっと煮 わかめうどん J-ルO-サダ 野菜サラダ 味噌汁 御飯		朝食 ス克蘭ブル 夕食 ボークカレー エッグ シーザーサラダ ミートボールの フルーツ クリーム煮 ヨーグルト J-ルO-サダ コンソメスープ チーズトースト コーヒー・紅茶	
13日		14日		15日		16日		17日		18日		19日	
朝食 チキンナゲット 夕食 豚肉の 根菜煮物 甘辛炒め丼 J-ルO-サダ ちぎりの揚げの おすまし 煮物 御飯 野菜サラダ 味噌汁		朝食 玉子焼き 夕食 肉豆腐 きんぴらごぼう 竹輪の磯辺揚げ J-ルO-サダ ~J-ルO-サダ~ 味噌汁 味噌汁 御飯 御飯		朝食 ポロニア 夕食 鯖の味噌煮 ソーサーカツ 鶏野菜の塩炒め ひと里芋の煮物 大根サラダ ミニサラダ おすまし 味噌汁 御飯 味噌汁 御飯		朝食 厚揚げ焼き 夕食 八宝菜 鶏団子と 蒸籠セット 野菜の煮物 杏仁マンゴー もやしとお松菜 プリン のおひたし 中華スープ 味噌汁 御飯		朝食 ハムステーキ 夕食 ポロネーゼ 切り干し大根の コーンフライ 煮物 ~J-ルO-サダ~ J-ルO-サダ 栗仁特製 味噌汁 スイートポテト 御飯 コンソメスープ ライス		朝食 白身魚の 夕食 グリルチキン ガーボ粉焼き (おカツス) ハムと野菜の ~付け合わせ~ 炒め物 マカロニサラダ もやしと胡瓜の コンソメスープ 味噌汁 胡麻酢和え 御飯 ライス		朝食 スパイン風 夕食 和風おろし オムレツ ハンバーグ 具だくさん ~付け合わせ~ ボトフ 野菜サラダ ミニサラダ 味噌汁 パン 御飯 コーヒー・紅茶	
20日		21日		22日		23日		24日		25日		26日	
朝食 ハムエッグ 夕食 ハヤシライス じゃが芋の チーズサラダ 甘辛煮 フルーツ J-ルO-サダ ミックス 味噌汁 コンソメスープ 御飯		朝食 若鶏の 夕食 鶏肉とキノコの ごま照り焼き トマト煮込み 根菜と コーンサラダ 味噌汁 バインゼリー ミニサラダ コンソメスープ 味噌汁 ライス 味噌汁 御飯		朝食 チーズロール 夕食 焼きホッケ マカロニの 鶏肉と野菜の クリーム煮 マヨネーズ炒め J-ルO-サダ 野菜サラダ ジョア 納豆 パン 味噌汁 コーヒー・紅茶 御飯		朝食 彩り野菜の 夕食 豚肉の 豆腐バーグ 黒胡椒炒め 中華風五目煮 味噌田楽 ミニサラダ 野菜サラダ 味噌汁 おすまし 御飯 御飯		朝食 じゃがバター 夕食 野菜たっぷり オムレツ タンメン ひじきの煮物 揚げ棒餃子 J-ルO-サダ フルーツ 味噌汁 御飯		朝食 焼きホッケ 夕食 牛肉の香味炒め 挽肉と 三色高野信田の 大根の煮物 煮物 J-ルO-サダ 野菜サラダ 味噌汁 味噌汁 御飯 御飯		朝食 ソース焼きそば 夕食 ビーフカレー ボーク ツナサラダ ウィンナー 自家製 ミニサラダ りんごムース コッパン コンソメスープ コーヒー・紅茶	
27日		28日		29日		30日		31日		◎市場の都合によりメニューを変更する場合があります。 			
朝食 豚肉入り 夕食 やわらか 薄焼き玉子 ヒレカツ丼 豆腐の甘辛煮 中華風冷奴 J-ルO-サダ 野菜サラダ 味噌汁 味噌汁 御飯		朝食 肉巻き& 夕食 ベニス風ドリア えび餃子 北海道コロッケ ごぼうと ~J-ルO-サダ~ 糸こんにゃくの煮物 コンソメスープ ミニサラダ コンソメスープ 味噌汁 味噌汁 御飯 御飯		朝食 ハムチーズ 夕食 鮭のカレー ピカタ パン粉焼き 肉団子の ~付け合わせ~ コンソメ煮 洋風じゃが芋 ミニサラダ (トト風味) 野菜サラダ パン コンソメスープ コーヒー・紅茶 ライス		朝食 ごまひじき 夕食 鶏肉の味噌焼き バーク わかめサラダ 五目煮 フルーツ J-ルO-サダ おすまし 味噌汁 御飯		朝食 ベーコンエッグ 夕食 担々麺 焼き豆腐の パリッと春巻き さっと煮 もやしサラダ 白菜とお松菜の 御飯 おひたし					

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



東京都食品衛生自主管理認証制度

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