


# 10月 Menu

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
						1日		2日		3日		4日	
						朝食 プレーン オムレツ 厚揚げの さっと煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 野菜たっぷり 中華うま煮 点心セット フルーツゼリー 中華スープ 御飯	朝食 ポロニア ソーセージカツ 田舎風筑前煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 シューシー 照り焼きチキン ～付け合わせ～ フレッシュ 野菜サラダ フルーツ 味噌汁 御飯	朝食 カレーの カレーパン粉焼き キャベツ そぼろソテー ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 海鮮団子の煮物 春雨サラダ 味噌汁 御飯	朝食 スクランブル エッグ ミートボールの コンソメ煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 チキンカレー シーザーサラダ ミルクゼリー コンソメスープ
5日		6日		7日		8日		9日		10日		11日	
朝食 彩り海鮮 豆腐ステーキ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 デミソースDE ハンバーグ ～付け合わせ～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ コンソメスープ ライス	朝食 肉巻き ｼｬｳﾏｲ 切り干し大根の 煮物 茹でキャベツ 味噌汁 御飯	夕食 チキンの ｸﾘｰﾑｼﾁｬｰ エビカツ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ フルーツ ライス	朝食 チキンバー ロールキャベツ ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 飲むヨーグルト パン コーヒー・紅茶	夕食 鯖の味噌煮 鶏野菜炒め 大根サラダ おすまし 御飯	朝食 目玉焼き きんぴらごぼう ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ティアポロ チキン ～付け合わせ～ マカロニサラダ フルーツゼリー コンソメスープ ライス	朝食 ちくわの 磯辺揚げ 鶏肉と野菜の うま煮 おひたし 味噌汁 御飯	夕食 ミートソース スパゲティ 男爵コロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ コンソメスープ ライス	朝食 じゃがバターin オムレツ 田舎風煮物 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ おすまし 御飯	夕食 和風おろし ハンバーグ ～付け合わせ～ 揚げボールの煮物 ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁 御飯	朝食 ハッシュポテト スープビーフン ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ チーズトースト コーヒー・紅茶	夕食 ハヤシライス ミモザサラダ 東仁特製 スイートポテト コンソメスープ
12日		13日		14日		15日		16日		17日		18日	
朝食 肉野菜炒め 豆腐の甘辛煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 開花丼 昔ながらの 味噌田楽 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ おすまし	朝食 ミートボール 鶏肉と野菜の 煮物 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 MIXフライ セット ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ さっぱり冷奴 味噌汁 御飯	朝食 ハムチーズ ピカタ 里芋の煮物 茹でキャベツ 味噌汁 御飯	夕食 鶏モモ肉の 味噌だれ焼き ～付け合わせ～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ おすまし 御飯	朝食 目玉焼き 野菜たっぷり 春雨煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 絶品! マーボー豆腐 厚切りハムカツ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ みかんゼリー 中華スープ 御飯	朝食 ごまひじき ハンバーグ もやしとさつま 揚げの炒め物 ﾙﾏとｷﾞﾔﾞ ｯの ゆでﾗｸﾞ 味噌汁 御飯	夕食 照りマヨ ハンバーグ ～付け合わせ～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁 御飯	朝食 白身魚の マヨチーズ焼き 厚揚げと大根の 煮物 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 酸辣湯麵 揚げｼｬｳﾏｲ ～付け合わせ～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 御飯	朝食 明太子オムレツ ミートボールの コンソメ煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 オリジナル ポークカレー コーンサラダ ヨーグルト コンソメスープ
19日		20日		21日		22日		23日		24日		25日	
朝食 ベーコン ポテトバーグ 鶏そぼろと 大根の煮物 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ヒレカツ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ 海鮮団子の煮物 味噌汁 御飯	朝食 miniハンバーグ ごぼうと 系ｺﾞｼﾞｬｸの煮物 茹でキャベツ 味噌汁 御飯	夕食 おいしいね♪ チキンライス かぼちゃ コロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ コンソメスープ	朝食 大判! 玉子焼き ベーコンと 野菜のソテー ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 鯖の味噌煮 鶏挽肉と 豆腐の煮物 ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ おすまし 御飯	朝食 ヘルシー豆腐 ハンバーグ じゃが芋の 甘辛煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 スタミナ グリルチキン ～付け合わせ～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ コンソメスープ ライス	朝食 じゃがバターin オムレツ ひじきの煮物 おひたし 味噌汁 御飯	夕食 豚肉と野菜の 五目味噌炒め ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ フルーツ 中華スープ 御飯	朝食 白身魚フライ 吉野煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 かきたまうどん ちくわの 磯辺揚げ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ フルーツ 御飯	朝食 じゃが芋の ﾗｸﾞﾏｯﾌﾞ ｯ焼き キャベツ そぼろソテー ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 秋野菜の ﾃﾞｼﾞ-ｽｯﾊﾞ-ｸﾞ ～付け合わせ～ マカロニサラダ コンソメスープ ライス
26日		27日		28日		29日		30日		31日			
朝食 フレッシュ エッグチーズ チキンと野菜の ｺﾄｺﾄ煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 ミートソース ドリア ～とろとろｸﾞｰｽﾞのせ～ 野菜コロッケ ～ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ～ コンソメスープ	朝食 目玉焼き 豚肉と根菜の 煮物 茹でキャベツ 味噌汁 御飯	夕食 特製特盛り牛丼 湯奴 ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁	朝食 プレーン オムレツ マカロニの ｸﾘｰﾑ煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ パン コーヒー・紅茶	夕食 秋刀魚の塩焼き ごろっと 肉じゃが ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁 御飯	朝食 彩り海鮮 豆腐ステーキ 肉団子と 野菜の煮物 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 天津かに玉の 甘酢あんかけ チャブチェ ～韓国風炒め物～ ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 中華スープ 御飯	朝食 ポロニア ソーセージカツ 系ｺﾞｼﾞｬｸの 煮物 もやしと人参の 胡麻酢和え 味噌汁 御飯	夕食 The☆鶏丼 揚げボールの 煮物 ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁	朝食 アジフライ 五目煮 ｺｰﾙﾄﾞ-ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御飯	夕食 カツ丼 三色高野田の 煮物 ﾌﾙｯｼｬ野菜ﾗｸﾞ 味噌汁		



東仁学生会館給食センターの表彰等  
 ※2014年5月  
 「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新  
 ※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  
 食育衛生優良施設として表彰  
 (該当百内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。

携帯電話の専用サイトにて、本日の夕食がご覧になります。  
 <本日の夕食携帯電話専用HPアドレス>  
<http://www.tokyo-stage.co.jp/l/m.html>  
 右のバーコードからもご覧になります。

