

# 1月 Menu

Sunday

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

<p><b>1日</b></p> <p>朝食 焼き鮭、おせち、里芋とさつま揚げの煮物、お雑煮</p> <p>夕食 デミソースDEハンバーグ、付け合わせ、じゃがいも、コンソメスープ、ライス</p>		<p><b>2日</b></p> <p>朝食 笹かまぼこ、厚揚げのさっと煮</p> <p>夕食 ヒレカツ、じゃがいも、コーヒーゼリー、味噌汁、御飯</p>		<p><b>3日</b></p> <p>朝食 miniハンバーグ、きんぴらごぼう、茹でキャベツ、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 スパゲティー、カルボナーラ、かぼちゃ、コロッケ、じゃがいも、コンソメスープ、ライス</p>	
<p><b>4日</b></p> <p>朝食 フレッシュ、エッグチーズ、ロールキャベツ、じゃがいも、御飯</p> <p>夕食 カツ丼、海鮮団子の煮物、じゃがいも、味噌汁</p>		<p><b>5日</b></p> <p>朝食 ポロニア、ソーセージカツ、ひじきの煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 スタミナ、グリルチキン、付け合わせ、フレッシュ、野菜サラダ、コンソメスープ、ライス</p>		<p><b>6日</b></p> <p>朝食 じゃがバター、inオムレツ、ウインナーと野菜のソテー、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 豚肉と野菜の五目味噌炒め、あったか豆腐、フレッシュ、野菜サラダ、おすまし、御飯</p>	
<p><b>7日</b></p> <p>朝食 彩り海鮮、豆腐ステーキ、鶏肉と根菜の煮物、じゃがいも、味噌汁、七草粥</p> <p>夕食 天津かに玉の甘酢あんかけ、チャプチェ、韓国風炒め物、フレッシュ、野菜サラダ、中華スープ、御飯</p>		<p><b>8日</b></p> <p>朝食 目玉焼き、糸こんにゃくのそぼろ煮、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 The☆鶏丼、フレッシュ、野菜サラダ、みかんゼリー、味噌汁</p>		<p><b>9日</b></p> <p>朝食 さつま揚げ、五目煮、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 和風おろしハンバーグ、付け合わせ、フレッシュ、野菜サラダ、関東風おろしこ、味噌汁、御飯</p>	
<p><b>10日</b></p> <p>朝食 じゃが芋の、マカロニの、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 赤魚の唐揚げ、野菜あんかけ、茶碗蒸し、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁、赤飯</p>		<p><b>11日</b></p> <p>朝食 チーズオムレツ、田舎風筑前煮、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 開花丼、昔ながらの味噌田楽、じゃがいも、おすまし</p>		<p><b>12日</b></p> <p>朝食 ミートボール、吉野煮、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 シーフード、フライ、じゃがいも、フルーツ、コンソメスープ、ライス</p>	
<p><b>13日</b></p> <p>朝食 ごまひじき、ハンバーグ、里芋の煮物、茹でキャベツ、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 ミートソース、スパゲティー、カニクリームコロッケ、じゃがいも、フルーツ、コンソメスープ、ライス</p>		<p><b>14日</b></p> <p>朝食 目玉焼き、豆腐と野菜の煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 香味塩だれ、チキン、じゃがいも、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁、御飯</p>		<p><b>15日</b></p> <p>朝食 ベーコン、キャベツ、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 絶品!、マーボー豆腐、白身魚フライ、じゃがいも、中華スープ、御飯</p>	
<p><b>16日</b></p> <p>朝食 プレーン、オムレツ、切り干し大根の煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 勝!丼、さつま揚げの煮物、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁</p>		<p><b>17日</b></p> <p>朝食 ポロニア、ソーセージカツ、貝だくさん、じゃがいも、パン、コーヒー・紅茶</p> <p>夕食 オリジナル、ボークカレー、マカロニサラダ、フルーツ、コンソメスープ</p>		<p><b>18日</b></p> <p>朝食 ミートソース、じゃがバター、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 肉豆腐、カレーコロッケ、じゃがいも、味噌汁、御飯</p>	
<p><b>19日</b></p> <p>朝食 ヘルシー豆腐、ハンバーグ、ごぼうと糸こんにゃくの煮物、茹でキャベツ、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 中華丼、揚げシュウマイ、じゃがいも、フルーツ、中華スープ</p>		<p><b>20日</b></p> <p>朝食 目玉焼き、ミートボールのコンソメ煮、じゃがいも、パン、コーヒー・紅茶</p> <p>夕食 焼き鮭、揚げシュウマイ、ごろうと、肉じゃが、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁、御飯</p>		<p><b>21日</b></p> <p>朝食 笹かまぼこ、鶏そぼろと大根の煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 おいしいね♪、チキンライス、たっぷり、コーンコロッケ、じゃがいも、コンソメスープ</p>	
<p><b>22日</b></p> <p>朝食 千草焼き、厚揚げのさっと煮、おひたし、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 鶏もも肉の味噌だれ焼き、付け合わせ、フレッシュ、野菜サラダ、おすまし、御飯</p>		<p><b>23日</b></p> <p>朝食 チキンバー、けんちん煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 野菜たっぷり、タンメン、かぼちゃ、コロッケ、じゃがいも、パインゼリー、御飯</p>		<p><b>24日</b></p> <p>朝食 ポテトの、マヨネーズ焼き、マカロニと野菜の、じゃがいも、パン、コーヒー・紅茶</p> <p>夕食 キーマカレー、胡麻ドレサラダ、ヨーグルト、コンソメスープ</p>	
<p><b>25日</b></p> <p>朝食 大判!玉子焼き、厚揚げと、じゃがいも、おすまし、御飯</p> <p>夕食 イタリアンハンバーグ、付け合わせ、じゃがいも、コンソメスープ、ライス</p>		<p><b>26日</b></p> <p>朝食 さつま揚げ、豚肉と豆腐の煮物、茹でキャベツ、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 ふわふわ親子丼、海鮮団子の煮物、シャキシャキ、大根サラダ、フルーツ、味噌汁</p>		<p><b>27日</b></p> <p>朝食 チーズオムレツ、マカロニの、デミソース煮、パン、コーヒー・紅茶</p> <p>夕食 鯖の味噌煮、鶏挽肉と豆腐の煮物、フレッシュ、野菜サラダ、おすまし、御飯</p>	
<p><b>28日</b></p> <p>朝食 ちくわの、磯辺揚げ、鶏肉と根菜の煮物、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 ディアボロ、チキン、付け合わせ、フレッシュ、野菜サラダ、コンソメスープ、ライス</p>		<p><b>29日</b></p> <p>朝食 彩り海鮮、豆腐ステーキ、きんぴらごぼう、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 酸辣湯麺、カレーコロッケ、じゃがいも、フルーツ、御飯</p>		<p><b>30日</b></p> <p>朝食 アジフライ、肉団子と、じゃがいも、味噌汁、御飯</p> <p>夕食 豚肉と野菜の香味炒め、あったか豆腐、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁、御飯</p>	
<p><b>31日</b></p> <p>朝食 プレーン、ツナと、じゃがいも、パン、コーヒー・紅茶</p> <p>夕食 照りマヨ、ハンバーグ、付け合わせ、フレッシュ、野菜サラダ、味噌汁、御飯</p>					



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 「東京都食品衛生自主管理認証制度」更新  
 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、よろしくお願い致します。

給食センター一四

### <今月の行事食>

- \*1月7日(水)は、七草の日です。朝食時に『七草粥』を提供します。
- \*1月11日(日)は鏡開きです。
- \*1月9日(金)夕食時に行事食として、『関東風おろしこ』を提供します。
- \*1月12日(月)は成人の日です。
- \*1月10日(土)夕食時に祝いの気持ちを込めて、『赤飯』を提供します。(1月12日(月)が祝日の為)

◎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、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ご覧になれます。

