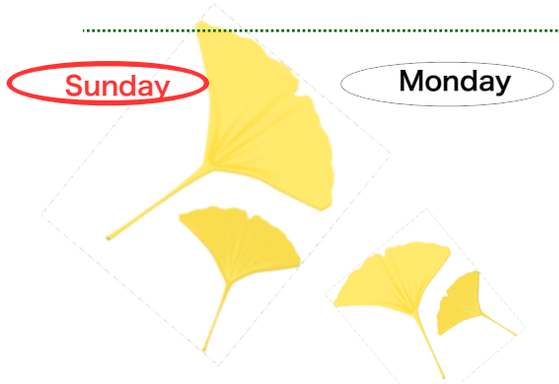
11月 Menu

1年 350日



Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
		1日 朝食 ﾌﾟﾚｰﾝｵﾑﾚﾂ じゃがﾍﾞｰｺﾝの ﾏﾖｿﾃｰ ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 和風おろし ハンバーグ ※ナポリタン※ ﾚﾀｽの海苔ｻﾗﾀﾞ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの 胡麻ﾏﾖ和え 味噌汁 御　飯	**2日** 朝食 大判包み蒸し ﾂﾅと根菜の煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 若鶏の ｼﾞｭｰｼｰ唐揚げ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ※ 昔ながらの 味噌田楽 フルーツゼリー おすまし 御　飯	**3日** 朝食 ちくわの 磯辺揚げ ひじきの煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 天津かに玉丼 カレーコロッケ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ 中華スープ	**4日** 朝食 ﾍﾞｰｺﾝﾎﾟﾃﾄﾊﾞｰｸﾞ 切り干し大根の 煮物 ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 野菜豆腐寄せの 煮物 春雨サラダ おすまし 御　飯	**5日** 朝食 目玉焼き ｳｲﾝﾅｰと野菜の ｸﾘｰﾑ煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 ハヤシライス つぶつぶ コーンサラダ フルーツみかん コンソメスープ
6日 朝食 ミートボール 豆腐と野菜の 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 カレイの煮付け 野菜コロッケ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ 味噌汁 御　飯	**7日** 朝食 えびすり身 オーブン焼き 鶏挽肉と根菜の 煮物 ﾜｶﾒとｷｭｳﾘとﾂﾅの 和え物 味噌汁 御　飯 夕食 カレーうどん ｸﾘｰﾐｰｺﾛｯｹ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ ころころｶｽﾃﾗ ～バナナ味～ 御　飯	**8日** 朝食 ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ スープ春雨 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 飲むヨーグルト パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 甘辛ｻﾝﾏ蒲焼き丼 蒸しシュウマイ ※彩りサラダ※ さつまいもﾚﾓﾝ煮 味噌汁	**9日** 朝食 目玉焼き ちくわと大根の 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 森の子ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ※パスタソテー※ ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ みかんゼリー コンソメスープ ライス	**10日** 朝食 ﾑﾛｱｼﾞの塩焼き 五目煮 枝豆ともやしの 和え物 味噌汁 御　飯 夕食 担々麺 エビカツ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ ヨーグルト 御　飯	**11日** 朝食 ミートオムレツ ベーコンと 野菜のソテー ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾁｷﾝの山賊焼き ※野菜ソテー※ じゃがバター 切り干し大根の 梅和え 味噌汁 御　飯	**12日** 朝食 ﾍﾙｼｰ豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ もやしの 中華風炒め ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 キーマカレー マカロニサラダ フルーツ コンソメスープ
13日 朝食 チキンバー きんぴらごぼう ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 豚たま丼 餅巾着の煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁	**14日** 朝食 miniハンバーグ 里芋の煮物 もやしと人参の おかか和え 味噌汁 御　飯 夕食 白身ﾌﾘｯﾀｰの 甘酢あんかけ 揚げﾎﾞｰﾙの煮物 手作り 胡麻ﾄﾞﾚｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯	**15日** 朝食 ﾎﾟﾃﾄの ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き ～ﾌﾞﾗｯｸﾍﾟｯﾊﾟｰがけ～ ﾏｶﾛﾆのﾃﾞﾐｿｰｽ煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ジョア パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 彩り三色丼 白身ﾁｰｽﾞﾌﾗｲ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ※ 和☆らびもち （きな粉） あったか豚汁	**16日** 朝食 厚揚げ焼き 肉団子と野菜の 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾐｰﾄｿｰｽｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ 栗とかぼちゃの コロッケ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ 杏仁マンゴー コンソメスープ ライス	**17日** 朝食 いか入り ねぎ焼き 鶏肉と根菜の 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 グリルチキン ～和風きのこｿｰｽ～ ※野菜ソテー※ さつまいもｻﾗﾀﾞ フルーツ コンソメスープ ライス	**18日** 朝食 こんがり焼き ししゃも ｷｬﾍﾞﾂそぼろｿﾃｰ おひたし 味噌汁 御　飯 夕食 あっさり！ 塩ﾏｰﾎﾞｰ豆腐 肉巻きｼｭｳﾏｲ ※ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ※ 中華スープ 御　飯	**19日** 朝食 ﾊｯｼｭﾄﾞﾎﾟﾃﾄ ﾂﾅと野菜のｿﾃｰ フルーツみかん パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 オリジナル チキンカレー シーザーサラダ フルーツゼリー コンソメスープ
20日 朝食 目玉焼き 厚揚げの さっと煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ｼｰﾌｰﾄﾞﾌﾗｲ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ ごぼうと 糸ｺﾝﾆｬｸの煮物 味噌汁 御　飯	**21日** 朝食 ﾍﾞｰｺﾝﾎﾟﾃﾄﾊﾞｰｸﾞ 大根のそぼろ煮 もやしのナムル 味噌汁 御　飯 夕食 ﾃﾞﾐｿｰｽDEﾊﾝﾊﾞｰｸ ※ナポリタン※ ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ カルピスゼリー コンソメスープ ライス	**22日** 朝食 チーズオムレツ ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙのｸﾘｰﾑ煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 今が旬♪ 秋刀魚の塩焼き 筑前煮 ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ 納豆 味噌汁 御　飯	**23日** 朝食 あげたて さつま揚げ じゃが芋の甘辛煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ミックスフライ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ がんもの煮物 味噌汁 御　飯	**24日** 朝食 目玉焼き きんぴらごぼう ポテトサラダ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾛｰｽﾄ☆eggｶﾚｰ 枝豆たっぷり コロッケ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ ヨーグルト コンソメスープ	**25日** 朝食 白身魚のフライ 切り干し大根の 煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ﾀﾙﾀﾙﾁｷﾝ南蛮 ※ﾌﾚｯｼｭ野菜ｻﾗﾀﾞ※ 豆腐の五目煮 味噌汁 御　飯	**26日** 朝食 ﾎﾟﾃﾄのﾄﾏﾄｿｰｽ ｸﾞﾗﾀﾝ スープ春雨 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 ハヤシライス 海藻サラダ フルーツみかん コンソメスープ
27日 朝食 ｺｰﾝｼｭｳﾏｲ ひじきの煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 熟成三元豚の とんかつ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ 海鮮団子の煮物 味噌汁 御　飯	**28日** 朝食 目玉焼き 糸ｺﾝﾆｬｸの そぼろ煮 もやしと人参の おかか和え 味噌汁 御　飯 夕食 酸辣湯麺 カレーコロッケ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ フルーツゼリー 御　飯	**29日** 朝食 ﾊｯｼｭﾄﾞﾎﾟﾃﾄ ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙのｺﾝｿﾒ煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶 夕食 豚肉と野菜の ｼﾞﾝｼﾞｬｰｿﾃｰ あったか豆腐 ｼｬｷｼｬｷ大根ｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯	**30日** 朝食 ちくわの磯辺揚げ もやしの 中華風炒め ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯 夕食 ｸﾘｰﾐｰﾏｶﾛﾆｸﾞﾗﾀﾝ アジフライ ※ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ※ 玉葱とﾊﾑのﾏﾘﾈ コンソメスープ ライス			

◎市場の都合によりメニューを変更する場合があります。

食品衛生認証施設
東京都食品衛生マイスター

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

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。

2016　東仁学生会館