

3月 Menu 1年 \$50

Sunday

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

		朝食 厚揚げ焼き ごぼうと 糸こんにゃくの煮物 コールローサラダ 味噌汁 御飯		1日 夕食 焼き鯖 ～大根おろし添え～ チャブチェ ～韓国風炒め物～ 白菜と水菜の サラダ 味噌汁 御飯		朝食 大判肉包み蒸し ベーコンと 野菜のソテー コールローサラダ 味噌汁 御飯		2日 夕食 肉豆腐 クリームコロッケ ※コールローサラダ※ 味噌汁 御飯		朝食 こんがり 焼きししゃも 里芋の煮物 枝豆と もやしの和え物 味噌汁 御飯		3日 夕食 ☆行事食☆ 彩り三色丼 鶏肉の磯辺揚げ 新玉葱のサラダ 手作り クリームあんみつ 菜の花の お吸い物		朝食 ポテトのマヨネーズ焼き ～アブラカバ～ ミートボールの デミソース煮 白菜サラダ パン コーヒー・紅茶		4日 夕食 オリジナル チキンカレー 春雨サラダ フルーツ コンソメスープ											
5日 朝食 目玉焼き 五目煮 コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 シーフードフライ ※コールローサラダ※ 揚げポールの煮物 味噌汁 御飯		6日 朝食 えびすり身の オープン焼き 切り干し大根の 煮物 もやしと人参の 胡麻酢和え 味噌汁 御飯		夕食 長崎風 ちゃんぽん イカベジフライ ※コールローサラダ※ パインゼリー 御飯		7日 朝食 ジャーマンポテト ベーコンと 野菜の春雨煮 コールローサラダ パン コーヒー・紅茶		夕食 カレイの唐揚げ ～野菜あんかけ～ 蒸しシュウマイ ※フルツ野菜サラダ※ 味噌汁 御飯		8日 朝食 あげたて さつま揚げ 田舎風煮物 ～味噌仕立て～ コールローサラダ おすまし 御飯		夕食 豚肉と野菜の 香味炒め 野菜豆腐寄せの 煮物 白菜と水菜の サラダ 味噌汁 御飯		9日 朝食 miniハンバーグ じゃがバター コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 ジューシー 照り焼きチキン ※野菜ソテー※ マカロニサラダ 味噌汁 御飯		10日 朝食 コンシユウマイ 厚揚げの さっと煮 コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 中華丼 メンチカツ ※コールローサラダ※ フルーツ 中華スープ		11日 朝食 ポテトの トマトソース ウインナーと 野菜のソテー 白菜サラダ パン コーヒー・紅茶		夕食 seafoodカレー☆ 海藻サラダ いちご杏仁 コンソメスープ	
12日 朝食 プレーンオムレツ ツタ根菜の煮物 コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 ヒレカツ ※コールローサラダ※ 豆腐の 生姜味噌のせ おすまし 御飯		13日 朝食 いか入り ねぎ焼き 吉野煮 もやしのナムル 味噌汁 御飯		夕食 デミソース DEハンバーグ ※ナポリタン※ フルツ野菜サラダ 玉葱とハムのマリネ コンソメスープ ライス		14日 朝食 チキンバー じゃがバター マヨネーズ コールローサラダ パン コーヒー・紅茶		夕食 味噌野菜ラーメン サクッと エビカツ ※コールローサラダ※ みかんゼリー 御飯		15日 朝食 チーズオムレツ 大根のそぼろ煮 コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 甘辛☆サマ野菜丼 鶏肉と野菜の うま煮 白菜と水菜の サラダ 味噌汁		16日 朝食 ちくわの 磯辺揚げ 肉団子と野菜の 煮物 コールローサラダ 味噌汁 御飯		夕食 やみつぎ！ マーボー豆腐 お楽しみフライ ※コールローサラダ※ 中華スープ 御飯		17日 朝食 マスの塩焼き ちくわと大根の 煮物 おひたし 味噌汁 御飯		夕食 若鶏ジューシー 唐揚げ ※フルツ野菜サラダ※ おまかせ煮物 味噌汁 御飯		18日 朝食 ハッシュドポテト 具だくさんボート 白菜サラダ パン コーヒー・紅茶		夕食 ハヤシライス 手作り 胡麻ドレサラダ ヨーグルト コンソメスープ	
19日 朝食 目玉焼き 里芋の 味噌だれがけ コールローサラダ おすまし 御飯		夕食 豚たま丼 あったか豆腐 コールローサラダ 味噌汁		20日 朝食 大判肉包み蒸し ひじきの煮物 もやしと人参の おかか和え 味噌汁 御飯																							

※市場の都合によりメニューを変更する場合があります。

・・・給食センターより・・・

3月で退館される方へ



※市場の都合によりメニューを変更する場合があります。

・・・給食センターより・・・

3月で退館される方へ

これからも規則正しい食生活で元気に頑張ってください。
皆様の活躍を心より応援しています。

継続される方へ

4月から、より一層美味しい食事を提供していけるよう
頑張りますので、よろしくお願い致します。
4月4日（火）夕食より食事をご用意致します。

<今月の行事食>

※3月3日(金)は「桃の節句」です。
桃の節句と卒業をお祝いする気持ちを込めて、
夕食に特別メニューをご用意致します。



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QRコードからもご覧になれます。



2017 東仁学生会館