

10月 Menu 1年 350日

Sunday

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

Saturday

| 1日 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | | |
|--|--|---|--|--|---|---|---|--|
| 朝食 あおさ入り いかステーキ 糸こんにゃくの そぼろ煮 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 ミックスフライ ※コーンスープ※ 餅巾着の煮物 味噌汁 御飯 | 朝食 あげたて さつま揚げ 納豆 ミネ海藻サラダ 味噌汁 御飯 夕食 あっさり! 塩マーボ -豆腐 アジフライ ※コーンスープ※ 中華スープ 御飯 | 朝食 目玉焼き ホーケイソウ コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 山菜うどん おまかせフライ ※コーンスープ※ 御飯 | 朝食 プチオオ好み焼き ツタと野菜のソテー ミニ大根サラダ 味噌汁 御飯 夕食 ☆季節の特別メニュー☆ お月見ハバ -グ ※ホーケイソウ※ フレッシュサラダ みたらし団子 味噌汁 御飯 | 朝食 丼パ - 切り干し大根の 煮物 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 中華丼 白身チヌー フライ ※レタスサラダ※ 中華スープ 御飯 | 朝食 ミートオムツ ポテトフライ コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 今が旬♪ 秋刀魚の塩焼き 筑前煮 フレッシュサラダ 味噌汁 栗ごはん | 朝食 *スープメニュー* 野菜とろける ポトフ パソ コーヒー・紅茶 夕食 ふんわり 鶏つくねBowl 五目巾着の煮物 フレッシュサラダ 味噌汁 | | |
| 朝食 ちびっ子シューマイ 五目煮 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 熟成三元豚の とんかつ ※コーンスープ※ あったか豆腐 味噌汁 御飯 | 朝食 えびすり身の オリーブ焼き 納豆 ミネ海藻サラダ 味噌汁 御飯 夕食 鮭のムニエル 〜カキカキ〜 ※パスタソース※ 茹でキャベツ 味噌汁 御飯 | 朝食 目玉焼き ラムチヌー フライ ポテトサラダ 味噌汁 御飯 夕食 照りマヨネーズ -グ ※ポテトフライ※ かぼちゃサラダ 味噌汁 御飯 | 朝食 大判肉包み蒸し もやしの 中華風炒め コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 オリーブ 丸揚げ 春雨サラダ フルーツみかん コンソメスープ 御飯 | 朝食 コーンシューマイ えだまめ豆腐 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 12日 《リクエストメニュー》 鶏肉の 味噌だれ焼き ※野菜ソテー※ ツタと大根サラダ おすまし 御飯 | 朝食 マスの塩焼き けんちん煮物 おひたし 味噌汁 御飯 夕食 13日 豚肉と野菜の ソテー じゃがバター フレッシュサラダ 味噌汁 御飯 | 朝食 ブレイクオムツ ミートボールの デミソース煮 コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 14日 絶品!マーボ -豆腐 蒸しシューマイ ※レタスサラダ※ 中華スープ 御飯 | | |
| 朝食 もっちり丼 大根のそぼろ煮 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 15日 豚たま丼 揚げポールの煮物 コーンスープ 味噌汁 御飯 | 朝食 ハルビ豆腐ハバ -グ きんぴらごぼう 茹でキャベツ 味噌汁 御飯 夕食 16日 おかめうどん たっぷりコーンソテー ※コーンスープ※ 御飯 | 朝食 ミートボール ロールキャベツ コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 17日 白身フリッターの 甘酢あんかけ あったか 砂糖豆腐 フレッシュサラダ 中華スープ 御飯 | 朝食 厚揚げ焼き ひじきの煮物 もやしのナムル 味噌汁 御飯 夕食 18日 クリームコーンソテー 揚げ物 ※コーンスープ※ コンソメスープ ライス | 朝食 目玉焼き morning★ミニカレー コーンスープ コンソメスープ ライス 夕食 19日 甘辛☆サマ野菜丼 フレッシュサラダ 漬け物 貝だくさん 味噌汁 | 朝食 白身魚のフライ 吉野煮 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 20日 貝だくさん 肉豆腐 野菜ソテー ※コーンスープ※ 味噌汁 御飯 | 朝食 ポテトの マネー 焼き 〜アラカキ〜 ハムステーキ コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 21日 彩り三色丼 昔ながらの 味噌田楽 フレッシュサラダ おすまし | | |
| 朝食 枝豆入り豆腐の ふわふわ揚げ ねぎ焼き コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 22日 ソーフト フライ ※コーンスープ※ ちくわと 大根の煮物 味噌汁 御飯 | 朝食 あおさ入り いかステーキ ホーケイソウ 茹でキャベツ 味噌汁 御飯 夕食 23日 森の子ハバ -グ ※パスタソース※ フレッシュサラダ コンソメスープ ライス | 朝食 丼パ - 目玉焼き コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 24日 長崎風 ちゃんぽん 貝がたっぷり 春巻き ※レタスサラダ※ 御飯 | 朝食 プチオオ好み焼き 納豆 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 25日 オリーブ 丸揚げ つぶつぶコーンソテー ころころカレー コンソメスープ | 朝食 チヌー オムツ じゃがバター -ソテー コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 26日 豚肉と野菜の 香味炒め あったか豆腐 フレッシュサラダ 味噌汁 御飯 | 朝食 さんまの開き 里芋の 味噌だれがけ わかめサラダ おすまし 御飯 夕食 27日 ふわふわ親子丼 さつま揚げの 煮物 フレッシュサラダ 味噌汁 | 朝食 ジャーマンポテト スープ 春雨 コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 28日 赤魚の西京焼き 肉団子の 甘酢あんかけ フレッシュサラダ 味噌汁 御飯 | | |
| 朝食 コーンシューマイ ごぼうと 糸こんにゃくの煮物 コーンスープ 味噌汁 御飯 夕食 29日 ヒレカツ ※コーンスープ※ 信田巻きの煮物 味噌汁 御飯 | 朝食 あげたて さつま揚げ 里芋の煮物 ミネ海藻サラダ 味噌汁 御飯 夕食 30日 ミートソース ソテー 〜とろとろチヌーのせ〜 カレーソテー ※コーンスープ※ コンソメスープ | 朝食 ブレイクオムツ ハー トポテト コーンスープ パソ コーヒー・紅茶 夕食 31日 若鶏の ソテー 唐揚げ ※フレッシュサラダ※ 切り干し大根の 胡麻和え 味噌汁 御飯 | ☆季節の特別メニュー☆ 10月4日(水)は「十五夜」です。 夕食時に、「十五夜メニュー」を ご用意いたします。 | | | | ※ 市場の都合によりメニューを変更する場合があります。 給食センターからのお知らせや当日の夕食写真はブログにてご覧いただけます。 <東仁学生会館 Weekly Menu Blog> http://ameblo.jp/tohjin1970 右のQRコードからご覧になれます。 Instagramでも夕食写真を公開しています。 https://www.instagram.com/tohjin_dormitory | |



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

