

Monday
8/9

Tuesday
8/10

Wednesday
8/11

Thursday
8/12

Friday
8/13

Saturday
8/14



朝食

さつま揚げ

ひじきの煮物
食物繊維たっぷり♪
便秘予防に効果的です。

ミニサラダ

味噌汁

御飯

熱量 458 kcal 脂質 5.7 g
蛋白質 16.8 g 塩分 3.4 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

匠のさくら鶏卵を使用
巣ごもり卵

チキンの
デミソース煮

鶏肉には美容に良い
コラーゲンが含まれています。

ミニサラダ

味噌汁

御飯

熱量 617 kcal 脂質 21.7 g
蛋白質 27.4 g 塩分 2.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

8/10 (火) 夕食~8/17 (火) 朝食は
夏期休業期間の為、お食事のご提供を
お休み致します。

8/17 (火) 夕食より開始致します。
皆さん楽しい夏休みを
お過ごし下さい。

夕食

和風ハンバーグ
オニオンソース

付け合わせ~炒め物~
玉葱の旨味をいかした
特製ソースとハンバーグが
とても良く合います。

冷奴

胡麻ドレサラダ

味噌汁

御飯

熱量 797 kcal 脂質 30.5 g
蛋白質 35.4 g 塩分 4.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

リクエストメニュー 随時受付中!

「あんな料理が食べたいな」「あの料理をまた食べたいな」というものがありましたら、
会館名、名前（ペンネーム又はイニシャルでも可）をご入力の上、
こちらのアドレス (nst@tohjin.co.jp) までお気軽にどうぞ♪
リクエストお待ちしております。



東仁学生会館給食センターの表彰等

※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



カロリー・アレルギー表示について

熱量及び塩分等の数値は「五訂日本食品標準成分表」に基づいた計算値であり、おおよその目安として表示しております。(御飯は1膳150g=252kcalで計算しています。
なお、麺類が主食の時の変わり御飯/御飯は計算値に含まれておりません。)献立に使用している食品の七大アレルギー物質(卵・小麦・乳製品・そば・落花生・えび・かに)を
表示しております。詳細については、下記アドレスまで、お問い合わせ下さい。市場の都合によりメニューを変更する場合があります。

今日の夕食が携帯からチェックできます。お気に入りに登録して、是非活用してみてください♪お昼休みに、また学校の帰りの電車の中で気軽にその日のメニューがご覧になれます。
左のコードからアクセスできます。プレゼント企画の情報も掲載されていますのでお見逃しなく! 本日の夕食携帯用HPアドレスはこちら→www.tokyo-stage.co.jp/i/m.html
メニューのリクエスト・栄養相談もメールで受け付けておりますので、気軽にどうぞ♪ メニューリクエスト：nst@tohjin.co.jp 栄養相談：diet@tohjin.co.jp