

NO. 19 - 2 2011.8.8 ~ 2011.8.13

=Weekly menu=

Monday
8/8

Tuesday
8/9

Wednesday
8/10

Thursday
8/11

Friday
8/12

Saturday
8/13



朝食

チキンソテー 切り干し大根の煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	ミニハンバーグ ツナと野菜のソテー ミニサラダ パン コーヒー・紅茶	玉子焼き 五目煮 もやしの胡麻和え 味噌汁 御飯
---	--	--------------------------------------

熱量 458 kcal 脂質 9.5 g
蛋白質 14.8 g 塩分 4.0 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 500 kcal 脂質 19.6 g
蛋白質 22.9 g 塩分 2.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 546 kcal 脂質 12.2 g
蛋白質 20.4 g 塩分 4.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

豚肉の細切りと玉葱の炒め物 カキの旨味を凝縮したオイスターソースで味付けしました。コクと旨味のある炒め物です。 魚河岸揚げの煮物 海藻サラダ 味噌汁 御飯	～焼き魚～ ホッケの塩焼き 脂がのった食べ応えのあるホッケです。 豆腐の肉味噌のせ 挽肉と白味噌を合わせた肉味噌は、豆腐と良く合います。 胡麻ドレサラダ おすまし 御飯
--	---

熱量 708 kcal 脂質 23.3 g
蛋白質 27.2 g 塩分 4.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 658 kcal 脂質 18.5 g
蛋白質 38.0 g 塩分 4.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

8/10 (水) 夕食～8/17 (水) 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 (水) 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。

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。



東京都食品衛生自主管理認証制度

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。(通常の御飯は1膳150g=252kcal、カレー・丼物類は250g=420kcalで計算しています。なお、種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ゲン物質(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。お気軽に登録して、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をご覧いただけます。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