

NO. 39 - 2 2011.12.26 ~ 2011.12.31

=Weekly menu=

Monday 12/26 Tuesday 12/27 Wednesday 12/28 Thursday 12/29 Friday 12/30 Saturday 12/31

朝食

千草玉子焼き
ひじきの煮物
ミニサラダ
味付け海苔
味噌汁
御飯

熱量 498 kcal 脂質 11.7 g
蛋白質 21.2 g 塩分 3.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

ポテトグラタン
鶏肉と野菜の
トマト煮
ミニサラダ
パン
コーヒー・紅茶

熱量 504 kcal 脂質 14.7 g
蛋白質 19.9 g 塩分 3.3 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

焼きビーフン
厚揚げとコンニャクの
味噌煮
小松菜の
ポン酢和え
おすまし
御飯

熱量 677 kcal 脂質 18.2 g
蛋白質 20.3 g 塩分 3.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

ホークナーガーリックソース
香ばしく焼いた豚肉に
にんにくと玉葱のソースが
良く合います。
魚河岸揚げの煮物
コールスローサラダ
飲むヨーグルト
味噌汁
御飯

熱量 751 kcal 脂質 25.9 g
蛋白質 31.9 g 塩分 4.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

ハッシュドビーフ
牛肉と野菜を
じっくり煮込みました。
体が温まります。
野菜サラダ
コーヒーゼリー
トッピングの生クリームが
ほろ苦いコーヒーゼリーの
美味しさを引き立てます。
コンソメスープ
ライス

熱量 1139 kcal 脂質 47.5 g
蛋白質 26.9 g 塩分 4.1 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

冬期
休業期間

12月28日(水)夕食より、
冬期休業期間に入ります。
2012年は、1月5日(木)夕食より
お食事をご用意させていただきます。

皆様、体調に気を
付けて、良いお年を
お迎え下さい。
来年もよろしく
お願い致します。

給食センター



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 (該当管内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・アレルゲン表示について

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。お気軽にに登録して、是非活用してみてください♪お休みに、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ります。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

2011 kiyusyoku center

2011.12.13