

Monday
9/17

Tuesday
9/18

Wednesday
9/19

Thursday
9/20

Friday
9/21

Saturday
9/22

朝食

豚肉入り 薄焼き玉子 里芋の煮物 スパゲティサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	さかなと野菜の すり身の オープン焼き きんぴらごぼう コールスローサラダ 味噌汁 御飯	チーズオムレツ ハムと野菜の 炒め物 ミニサラダ パン コーヒー・紅茶	焼きホッケ 生揚げの そぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁 御飯
--	--	--	---

熱量 599 kcal 脂質 14.8g
蛋白質 15.1g 塩分 2.5g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 495 kcal 脂質 14.8g
蛋白質 11.5g 塩分 2.8g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 367 kcal 脂質 9.3g
蛋白質 13.8g 塩分 2.6g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 497 kcal 脂質 13.9g
蛋白質 24.9g 塩分 3.5g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

<p>★おすすめ★ とんかつ</p> 豆腐の五目煮 コールスローサラダ ミニうどん 御飯	鯖の味噌煮 特性の味噌ダレで じっくり煮込みました。 人気のあるおかずです。 鶏肉と大根の 甘辛煮 野菜サラダ ★リクエスト★ 東仁特製おはぎ おすまし 御飯	野菜たっぷり ちゃんぽん 長崎県のご当地メニューを 東仁学生会館風に アレンジしました。 鶏の唐揚げ& ポテトフライ レタスサラダ みかんゼリー 茶めし (しょう油炊き込み御飯)	<p>★おすすめ★ ベニス風ドリア</p> 海老カツ & イカフライ コールスローサラダ 飲むヨーグルト コンソメスープ
---	---	---	--

熱量 996 kcal 脂質 40.7g
蛋白質 37.1g 塩分 3.4g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 866 kcal 脂質 19.5g
蛋白質 40.9g 塩分 5.3g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 1284 kcal 脂質 57.9g
蛋白質 52.1g 塩分 5.2g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
えび

熱量 1078 kcal 脂質 28.3g
蛋白質 40.7g 塩分 5.7g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
えび

★今週のおすすめ★

◎9月18日(火) 夕食
とんかつ
肉厚のロースカツを
ジュシーに
揚げました!

◎9月21日(金) 夕食
ベニス風ドリア
ターメリックライスの上に
ホワイトソース、ミートソースを
重ねました。とろ〜り
とろけるチーズが美味しさを
引き立てます。

どうぞお楽しみに!!

★今週のクエスト★

◎9月19日(水) 夕食
東仁特製おはぎ

◆◆行事食◆◆
一個一個丁寧に作った
手作りおはぎです!
あんこがたっぷり
付いています!

リクエストありがとうございました。

敬老の日

秋分の日



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、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。お気に入りに登録して、是非活用してみたいお休みに、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

