NO.39 － 2　2012.12.24 ～ 2012.12.29　=Weekly menu=

★今月の行事食★

◎12月25日（火）夕食

クリスマスメニュー

クリスマスの夜に
ぴったりのお食事を
ご用意しました。
パスタ、チキン、デザートには濃厚なティラミスをご提供予定です。

どうぞお楽しみに♪

★今週のおすすめ★

◎12月26日（水）夕食

鯖の味噌煮

特製の味噌ダレで
じっくり煮込みました。
人気のあるおかずです。

◎12月27日（木）夕食

ポークカレー

数種類の香辛料を
ブレンドして、
じっくり煮込んだ深みの
ある味わいです。

どうぞお楽しみに♪

MERRY CHRISTMAS

	Monday 12/24	Tuesday 12/25	Wednesday 12/26	Thursday 12/27	Friday 12/28	Saturday 12/29
朝食		イカのみりん焼き 野菜入り鶏つくね ポテトサラダ 味噌汁 御飯	若鶏のごま照り焼き 根菜とさつま揚げの煮物 小松菜と白菜のおひたし 味噌汁 御飯	ハム＆エッグ 鶏肉と大根の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	焼き鮭 じゃが芋のそぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	
		熱量 511 kcal　脂質 10.0 g 蛋白質 24.7 g　塩分 2.5 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	熱量 477 kcal　脂質 8.7 g 蛋白質 17.1 g　塩分 2.5 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	熱量 544 kcal　脂質 15.9 g 蛋白質 23.8 g　塩分 2.3 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	熱量 496 kcal　脂質 7.7 g 蛋白質 23.7 g　塩分 2.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	
夕食		☆今月の行事食☆ とろーり卵のカルボナーラ チキンのハーブ焼き コールスローサラダ クリスマスデザート コンソメスープ	☆おすすめ☆ 鯖の味噌煮 肉じゃが 胡麻ドレサラダ 納豆 沢煮椀（さわにわん） 御飯	☆おすすめ☆ ポークカレー シーザーサラダ ゆで卵添え フルーツヨーグルト コンソメスープ		
		熱量 1039 kcal　脂質 54.5 g 蛋白質 44.3 g　塩分 4.4 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	熱量 926 kcal　脂質 29.0 g 蛋白質 45.8 g　塩分 6.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品	熱量 1021 kcal　脂質 33.5 g 蛋白質 25.8g　塩分 4.8 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品		

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、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、是非活用してみて下さい♪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

東仁給食センター　2012.12.18