

No.51 - 3 2013.3.18 ~ 2013.3.19

=Weekly menu=

Monday
3/18

Tuesday
3/19

朝食

明太子オムレツ
イカと里芋の煮物
ミニサラダ
味付け海苔
味噌汁
御飯

ポテトのピザ風オープン焼き
ロールキャベツ
ミニサラダ
パン
コーヒー・紅茶

熱量 558 kcal 脂質 9.3 g 熱量 526 kcal 脂質 12.2 g
蛋白質 24.1 g 塩分 2.4 g 蛋白質 16.4 g 塩分 3.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

照り焼きチキン
付け合わせ
~炒め物~
魚河岸揚げとコンニャクの煮物
野菜サラダ
味噌汁
御飯

熱量 1038 kcal 脂質 55.8 g
蛋白質 45.1 g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品



「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、こちらのアドレス
↓↓↓
(nst@tohjin.co.jp) まで
お気軽にどうぞ♪

たくさんのリクエスト
お待ちしております。

*** 給食センターより ***
4月5日（金）夕食よりお食事をご用意させていただきます。
4月からも、より一層美味しく、安全なお食事を提供していけるように頑張ります。

<会館を卒業されるみなさんへ>
これからも、規則正しい食生活を続けて元気に頑張ってください！
みなさんのご活躍を心より応援しております。



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。市議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。お気軽に入り登録して、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/l/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

東京都食品衛生自主管理認証制度 「東京都食品衛生自主管理認証制度」取得