

★今週のおすすめ★

◎9月19日(木) 夕食  
お月見ハンバーグ  
&みたらし団子  
中秋の名月!  
お月様に見立てた  
メニューです。

★行事食★

◎9月20日(金) 夕食  
自家製おはぎ

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!

どうぞお楽しみに!!

★今週のクエスト★

◎9月21日(土) 夕食  
ベニス風ドリア

ベニス風とは  
ヴェネツィア地方の  
特徴でもある柯伊ソス  
を使った料理です。

クエストありがとうございました。

Monday  
9/16

Tuesday  
9/17

Wednesday  
9/18

Thursday  
9/19

Friday  
9/20

Saturday  
9/21

敬老の日

朝食

豚肉入り  
薄焼き玉子  
里芋の煮物  
ミニサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 448 kcal 脂質 6.3g  
蛋白質 15.1g 塩分 2.4g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

さかなと野菜の  
すり身の  
オープン焼き  
鶏肉と根菜の  
煮物  
コールスローサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 524 kcal 脂質 16.3g  
蛋白質 16.7g 塩分 2.1g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

じゃが芋の  
ツナマヨオープン焼き  
切り干し大根  
の煮物  
ミニサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 532 kcal 脂質 15.5g  
蛋白質 10.4g 塩分 2.6g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

白身魚のカレー  
パン粉焼き  
厚揚げの  
そぼろ煮  
コールスローサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 486 kcal 脂質 10.8g  
蛋白質 46.7g 塩分 2.2g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

じゃが巻き  
ポークウインナー  
コールスローサラダ  
パン  
コーヒー・紅茶

熱量 576 kcal 脂質 27.3g  
蛋白質 17.3g 塩分 2.0g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

夕食

鮭のムニエル  
鮭の赤い身は、天然色素の  
アスタキサンチンと呼ばれ、  
免疫力アップや美容に  
効果があります。  
\*付け合わせ\*  
~パスタソース~

洋風じゃが芋  
~コンメ味~  
野菜サラダ  
コーンスープ  
ライス

熱量 750 kcal 脂質 14.6g  
蛋白質 35.8g 塩分 4.4g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

豚肉の  
特製味噌焼き  
柔らかい豚肉を  
特製の味噌ダレに  
漬け込み  
焼き上げました。

豆腐の五目煮  
コールスローサラダ  
おすまし  
御飯

熱量 927 kcal 脂質 31.0g  
蛋白質 42.9g 塩分 4.2g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品  
かに

★おすすめ★  
お月見ハンバーグ  
\*付け合わせ\*  
~ソース~

野菜サラダ  
\*おすすめ★  
みたらし団子  
味噌汁  
御飯

熱量 848 kcal 脂質 20.5g  
蛋白質 33.7g 塩分 4.9g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

秋野菜の天ぷら  
盛り合わせ  
サクッと揚がった  
旬の食材を  
ご賞味下さい。

きつねうどん  
野菜サラダ  
★行事食★  
自家製おはぎ

熱量 756 kcal 脂質 17.3g  
蛋白質 18.4g 塩分 4.3g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

★リクエスト★  
ベニス風ドリア

海老カツ  
コールスローサラダ  
みかんゼリー  
コンソメスープ

熱量 1094 kcal 脂質 33.8g  
蛋白質 35.8g 塩分 5.3g  
七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

☆週間メニューには、カロリー・アレルギー表示が記載してあります。

熱量及び塩分量の数値は「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が、  
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、給食センター TEL: 042-463-2005 メール: diet@tohjin.co.jp までお問い合わせ下さい。  
☆携帯用HPからは当日の朝食、夕食がご覧頂けます。 www.tokyo-stage.co.jp/l/m.html  
☆給食センターのブログ(Weekly Menu)からは、給食センターからのお知らせや当日の夕食写真がご覧頂けます。 http://tohjin.blog61.fc2.com/  
☆メニューのリクエストを募集しています。「こんなメニューが食べたい!」「もう一度このメニューが食べたい!」などのご意見ご要望を下記アドレスにお送り下さい。  
お待ちしております。メニューリクエスト: nst@tohjin.co.jp



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

