

Monday  
3/17

Tuesday  
3/18

Wednesday  
3/19

朝食

目玉焼き  
里芋の煮物  
ミニサラダ  
味付け海苔  
味噌汁  
御飯

ポテトとコンの  
マヨネーズ焼き  
具だくさんポトフ  
ミニサラダ  
パン  
コーヒー・紅茶

おまかせ玉子焼き  
厚揚げと  
コンニャクの味噌煮  
白菜とほうれん草  
のおひたし  
おすまし  
御飯

熱量 505 kcal 脂質 8.8g  
蛋白質 18.7g 塩分 3.6g  
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 584 kcal 脂質 26.7g  
蛋白質 14.9g 塩分 2.9g  
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 601 kcal 脂質 24.7g  
蛋白質 16.6g 塩分 4.5g  
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

照り焼きチキン  
特製の甘辛いタレが  
決め手です。  
\*付け合わせ\*  
~炒め物~

ポークカレー  
数種類のスパイスを  
ブレンドし、じっくり  
煮込んだコクのある  
カレーです。

三色高野信田の  
煮物  
野菜サラダ  
味噌汁  
御飯

マカロニサラダ  
ジャムヨーグルト  
コンソメスープ

熱量 1047 kcal 脂質 37.9g  
蛋白質 53.6g 塩分 4.8g  
七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

熱量 1092 kcal 脂質 36.5g  
蛋白質 26.3g 塩分 4.7g  
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。



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



☆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。

熱量及び塩分等の数値は「五訂日本食品の成分表」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・丼物等は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、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/i/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

\*\*\* 給食センターより \*\*\*

4月5日(土) 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下さい!  
みなさんのご活躍を心より  
応援しております。