

No.5 - 2

2014.4.28 ~ 2014.5.3

=Weekly menu=

Monday  
4/28

Tuesday  
4/29

Wednesday  
4/30

Thursday  
5/1

Friday  
5/2

Saturday  
5/3

★今週のおすすめ★

◎4月30日(水) 夕食

若鶏のねぎ塩焼き  
風味豊かなねぎ塩だれに  
鶏肉を漬け込み香ばしく  
焼き上げました。

◎5月1日(木) 夕食

照りマヨハンバーグ  
柔らかい粗挽きの  
ハンバーグにマヨネーズ  
を添えました。  
照り焼きソースの  
相性が抜群です。

どうぞお楽しみに!

★今週の行事食★

◎5月2日(金) 夕食

柏餅

柏の葉は、香りが強く  
邪気を払うと言われて  
います。新芽が出ないと  
古い葉が落ちない  
特徴から「子孫繁栄」  
の意味があります。

朝食  
明太子オムレツ  
糸コンニャクと  
ごぼうの煮物  
レタスサラダ  
味付け海苔  
味噌汁  
御飯

熱量 523 kcal 脂質 11.1g  
蛋白質 16.3g 塩分 4.4g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

夕食  
天津かに玉の  
甘酢あんかけ  
ふわふわ感がうれしい  
かに玉。御飯にかければ  
天津飯になります。  
チャプチェ  
~韓国風炒め物~  
野菜サラダ  
中華スープ  
御飯

熱量 653 kcal 脂質 15.5g  
蛋白質 17.1g 塩分 4.7g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品・かに

昭和の日

目玉焼き  
ひじきの煮物  
レタスサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 460 kcal 脂質 12.4g  
蛋白質 16.3g 塩分 2.9g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

★おすすめ★  
若鶏のねぎ塩焼き  
風味豊かな  
ねぎ塩だれに鶏肉を  
漬け込み香ばしく  
焼き上げました。  
\*付け合わせ\*  
~海苔ポテト~  
野菜サラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 924 kcal 脂質 43.3g  
蛋白質 45.8g 塩分 4.7g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

さつま揚げ  
もやしの香味炒め  
ミニサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 427 kcal 脂質 8.7g  
蛋白質 14.7g 塩分 2.6g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

★おすすめ★  
照りマヨ  
ハンバーグ  
\*付け合わせ\*  
~パスタソース~  
竹の子とコンニャク  
の土佐煮  
大根サラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 709 kcal 脂質 19.2g  
蛋白質 25.8g 塩分 4.6g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

焼きホッケ  
チキンと野菜の  
うま煮  
コールスローサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 526 kcal 脂質 13.6g  
蛋白質 26.8g 塩分 3.7g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

かきたまうどん  
かぼちゃコロック  
コールスローサラダ  
★行事食★  
柏餅  
御飯

熱量 828 kcal 脂質 16.3g  
蛋白質 23.0g 塩分 4.5g  
七大アレルゲン: 卵・小麦  
乳製品

憲法記念日

★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、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



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  
(該当市内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



東京都食品衛生自主管理認証制度