

NO.2 - 2

2015.4.13 ~ 2015.4.18

=Weekly menu=
Friday 4/17 Saturday 4/18

Monday
4/13

Tuesday
4/14

Wednesday
4/15

Thursday
4/16

Friday
4/17

Saturday
4/18

朝食

明太子オムレツ
鶏肉と根菜の煮物
レタスサラダ
味付け海苔
味噌汁
御飯

ハッシュドポテト
ベーコンと野菜のソテー
コールスローサラダ
ジョア
パン
コーヒー・紅茶

さつま揚げ
豚肉と豆腐の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

目玉焼き
糸コンニャクのそぼろ煮
おひたし
味噌汁
御飯

miniハンバーグ
厚揚げのさっと煮
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

ミートボール
きんぴらごぼう
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

熱量 500 kcal 脂質 11.9 g
蛋白質 19.8g 塩分 3.7 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 572 kcal 脂質 24.8 g
蛋白質 17.3g 塩分 2.4 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 502 kcal 脂質 19.8 g
蛋白質 9.3g 塩分 3.8 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 452 kcal 脂質 17.8 g
蛋白質 10.5g 塩分 3.0 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 584 kcal 脂質 20.3 g
蛋白質 19.4g 塩分 3.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 528 kcal 脂質 13.6 g
蛋白質 12.7g 塩分 3.7 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

夕食

酸辣湯麺
オリジナルに仕上げた酸っぱくて辛いスープが決め手です。
揚げシュウマイ
コールスローサラダ
パインゼリー
御飯

★おすすめ★
鶏モモ肉の味噌ダレ焼き
付け合わせ
~野菜ソテー~
ちくわと大根の煮物
フレッシュ野菜サラダ
おすまし
御飯

豚肉と野菜の中華旨煮
野菜の旨味がたっぷりに入った一品です。
白身魚フライ
コールスローサラダ
モやしのナムル
中華スープ
御飯

ミートソースドリア
~とろとろチーズのせ~
挽肉の旨味とトマトの酸味をうまく調和させたまるやかなソースが決め手です。
カレーコロケ
コールスローサラダ
みかんゼリー
コンソメスープ

★歓迎会イベント★
パーティーメニュー
詳しくは、メニューポスターをご覧ください。
コンソメスープ

ビーフカレー
大きな鍋でじっくりと煮込みました。牛肉の旨味がたっぷり入っています。
シーザーサラダ
ヨーグルト
コンソメスープ

熱量 782 kcal 脂質 22.2 g
蛋白質 27.3g 塩分 3.4 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 917 kcal 脂質 35.7 g
蛋白質 49.3g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 573 kcal 脂質 15.9 g
蛋白質 19.0g 塩分 4.2 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 948 kcal 脂質 26.5 g
蛋白質 22.0g 塩分 4.8 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 --- kcal 脂質 --- g
蛋白質 --- g 塩分 --- g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 1002 kcal 脂質 34.5 g
蛋白質 22.9g 塩分 5.0 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

★今週のおすすめ★

◎4月14日(火)夕食
鶏モモ肉の

味噌ダレ焼き
柔らかい鶏肉を特製の味噌だれに漬け込み焼き上げました。

◎4月17日(金)夕食

歓迎会イベント
パーティーメニュー

パーティーメニューをご用意しております。多くの方と交流がもてる機会です。皆さんそろってご参加下さい。

どうぞお楽しみに♪

東仁学生会館給食センターの表彰等
※2014年5月
「東京都食品衛生自主管理認定制度」更新
※2009年5月
「東京都食品衛生自主管理認定制度」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定制度」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。
熱量及び塩分量の数値は「日本食品標準成分表2010」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。
ドレッシングやソース等のお好みで使用する調味料は計算値には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(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/1/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を食べたい!」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 ※パソコンからのメール着信拒否や受信拒否を限定されている場合は返信メールが届かない場合があります。

