

No.5 - 2

2015.5.4 ~ 2015.5.9

=Weekly menu=  
Friday 5/8 Saturday 5/9

Monday  
5/4

Tuesday  
5/5

Wednesday  
5/6

Thursday  
5/7

朝食  
鯖のトマトソース  
グラタン

肉団子と  
野菜の煮物

コーンスローサラダ

味噌汁

御飯

じゃがバター  
inオムレツ

ウインナーと野菜の  
クリーム煮

コーンスローサラダ

パン

コーヒー・紅茶

熱量 656 kcal 脂質 16.3g  
 蛋白質 21.2g 塩分 4.5g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

熱量 515 kcal 脂質 10.5g  
 蛋白質 22.5g 塩分 4.3g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

熱量 390 kcal 脂質 13.1g  
 蛋白質 11.0g 塩分 3.4g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

夕食  
香味塩だれチキン  
風味豊かな塩だれに  
鶏肉を漬け込み香ばしく  
焼き上げました。  
\*付け合わせ\*  
~野菜ソテー~

シャキシャキ  
大根サラダ

オレンジ

味噌汁

御飯

★おすすめ★  
おいしいね♪  
チキンライス

カレーコロケ

コーンスローサラダ

ヨーグルト

コンソメスープ

★おすすめ★  
豚肉と春キャベツの  
五目味噌炒め

さつま揚げの煮物

フレッシュ  
野菜サラダ

ミニうどん

御飯

熱量 859 kcal 脂質 39.8g  
 蛋白質 45.3g 塩分 4.9g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

熱量 766 kcal 脂質 16.9g  
 蛋白質 20.3g 塩分 3.3g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

熱量 826 kcal 脂質 28.9g  
 蛋白質 23.1g 塩分 5.0g  
 七大アレルゲン：卵・小麦  
 乳製品

みどりの日

こどもの日

振替休日

★今週のおすすめ★  
 ◎5月8日(金) 夕食  
 おいしいね♪  
 チキンライス  
 鶏肉とケチャップの  
 相性は抜群です。

◎5月9日(土) 夕食  
 豚肉と春キャベツの  
 五目味噌炒め  
 豚肉と野菜を特製の  
 辛味噌で炒めました。

どうぞお楽しみに!

リクエストメニュー  
大募集!!  
 「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](mailto:nst@tohjin.co.jp)  
 までお気軽にどうぞ♪  
 リクエストお待ちしております。



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証制度」更新  
 ※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  
 (※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、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。  
 ドレッシングやソース等のお好みで使用してい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](mailto: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](http://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。  
 お待ちしています。メニューリクエスト: [nst@tohjin.co.jp](mailto: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。