No. 25 － 2　　2015.9.21 ～ 2015.9.26

=Weekly menu=

★今週のおすすめ★

◎9月24日（木）夕食

ふわふわ親子丼

柔らかい鶏肉と玉葱を
ダシの効いた丼つゆで
味付けし、卵でふっくら
とじました。

★今週のリクエスト★

◎9月25日（金）夕食

韓国風プルコギ丼

豚肉と野菜を焼き肉風に
炒め御飯にのせました。

リクエストありがとうございました。

★行事食★

◎9月26日（土）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。
どうぞお楽しみに♪

Monday 9/21	Tuesday 9/22	Wednesday 9/23	Thursday 9/24	Friday 9/25	Saturday 9/26
敬老の日	国民の休日	秋分の日			

朝　食

Thursday 9/24	Friday 9/25	Saturday 9/26
じゃがバター inオムレツ	白身魚の オーブン焼き	じゃが芋の ツナマヨオーブン焼き
きんぴらごぼう	五目煮	ロールキャベツ
スパゲティーサラダ	コールスローサラダ	コールスローサラダ
味噌汁	味噌汁	パ　ン
御　飯	御　飯	コーヒー・紅茶
熱量 565 kcal　脂質 14.3 g	熱量 467 kcal　脂質 8.4 g	熱量 373 kcal　脂質 8.2 g
蛋白質 12.5 g　塩分 4.3 g	蛋白質 20.3 g　塩分 3.1 g	蛋白質 13.9 g　塩分 3.1 g
七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品

夕　食

Thursday 9/24	Friday 9/25	Saturday 9/26
☆おすすめ☆ ふわふわ親子丼	☆リクエスト☆ 韓国風プルコギ丼	☆行事食☆ お月見ハンバーグ ＊付け合わせ＊ ～フレンチポテトフライ～
さつま揚げの煮物	豆腐の 中華風五目煮	マカロニサラダ
シャキシャキ大根サラダ	春雨サラダ	みたらし団子
オレンジ	中華スープ	コンソメスープ
味噌汁		ライス
御　飯		
熱量 861 kcal　脂質 18.9 g	熱量 1032 kcal　脂質 38.1 g	熱量 1112 kcal　脂質 44.6 g
蛋白質 32.2 g　塩分 4.9 g	蛋白質 29.1 g　塩分 4.7 g	蛋白質 33.9 g　塩分 4.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品・えび	七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品

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
(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

☆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「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。
お待ちしています。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相手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。

東仁給食センター　2015.9.8