

東仁学生会館

お薦めメニュー♪

◎2月15日(月) 夕食  
ちゃんぽん  
野菜の旨味がスープに  
溶け込みます。

◎2月20日(土) 夕食  
オリジナルポークカレー  
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。

どうぞお楽しみに!

リクエストメニュー☆

◎2月19日(金) 夕食  
若鶏のジューシー唐揚げ  
衣で旨味を閉じ込め、  
ジューシーに揚げた  
唐揚げです。みんなの  
大好きなおかずです。  
リクエストありがとうございました。



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

Monday 2/15	Tuesday 2/16	Wednesday 2/17	Thursday 2/18	Friday 2/19	Saturday 2/20
朝食 焼きししゃも	ミートオムレツ	蒸しシュウマイ	じゃが芋の ツナマヨオープン焼き	ねぎ焼き	目玉焼き
糸こんにゃくの そばろ煮	マカロニの デミソース煮	切り干し大根の煮物	田舎風煮物 ~味噌仕立て~	ツナと野菜のソテー	ロールキャベツ
もやしのナムル	コールスローサラダ*	コールスローサラダ*	コールスローサラダ*	コールスローサラダ*	コールスローサラダ*
味噌汁	パン	味噌汁	おすまし	味噌汁	パン
御飯	コーヒー・紅茶	御飯	御飯	御飯	コーヒー・紅茶
熱量 437 kcal 脂質 7.0g 蛋白質 20.6g 塩分 4.5g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 416 kcal 脂質 10.2g 蛋白質 14.5g 塩分 2.9g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 428 kcal 脂質 5.6g 蛋白質 11.9g 塩分 3.4g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 479 kcal 脂質 12.7g 蛋白質 11.0g 塩分 3.9g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 403 kcal 脂質 6.4g 蛋白質 10.9g 塩分 3.9g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 376 kcal 脂質 12.6g 蛋白質 16.6g 塩分 3.2g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品

お薦めメニュー♪ ちゃんぽん 野菜の旨みが スープに溶け込みます。	豚肉と野菜の 香味炒め 豚肉と野菜を特製の 香味ダレで炒めました。 御飯がすすむ おかずです。	The☆鶏丼 鶏そぼろと卵そぼろ、 鶏肉の照り焼きが のった丼物です。	絶品! マーボー豆腐 ほどよい辛味は食欲を 増進させます!	リクエストメニュー☆ 若鶏の ジューシー唐揚げ	お薦めメニュー♪ オリジナル 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。
カレーコロッケ *付け合わせ* ~彩りサラダ~	五目巾着の煮物	豆腐の五目煮	ハムカツ	さつま揚げの煮物	フレッシュ 野菜サラダ
杏仁マンゴープリン	フレッシュ 野菜サラダ	フレッシュ 野菜サラダ	コールスローサラダ*	コールスローサラダ*	フレッシュ 野菜サラダ
御飯	味噌汁 御飯	味噌汁	中華スープ 御飯	味噌汁 御飯	みかんゼリー コンソメスープ
熱量 1005 kcal 脂質 22.6g 蛋白質 25.3g 塩分 5.0g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 745 kcal 脂質 26.0g 蛋白質 22.6g 塩分 4.9g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 1072 kcal 脂質 30.6g 蛋白質 51.9g 塩分 4.9g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 683 kcal 脂質 21.5g 蛋白質 26.1g 塩分 2.7g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品・えび	熱量 805 kcal 脂質 34.4g 蛋白質 29.3g 塩分 4.7g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品	熱量 972 kcal 脂質 28.9g 蛋白質 20.2g 塩分 5.0g 七大アレルゲン: 卵・小麦 乳製品



☆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ゲン(卵・小麦・乳製品・そば・落花生・えび・かき)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が食べたい!などのご意見・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。

