NO. 39 - 1

=Weekly menu=

2016.12.26 ～ 2016.12.28

	Monday	Tuesday	Wednesday
	12/26	12/27	12/28
morning	大判肉包み蒸し ごぼうと糸ｺﾝﾆｬｸの煮物 もやしと人参のおかか和え 味噌汁 御　飯	ヘルシー豆腐ハンバーグ 白菜のｸﾘｰﾑ煮 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ パ　ン コーヒー・紅茶	目玉焼き 厚揚げと野菜の煮物 ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 味噌汁 御　飯
	熱量 436 kcal　脂質 4.7 g 蛋白質 14.5 g　塩分 3.9 g 七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	熱量 464 kcal　脂質 19.9 g 蛋白質 13.4 g　塩分 3.3 g 七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	熱量 510 kcal　脂質 15.6 g 蛋白質 19.7 g　塩分 2.9 g 七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品
dinner	☆おすすめ☆ NEW おかめうどん あっさりした麺つゆの彩りの良いうどんです。 メンチカツ ＊付け合わせ＊ ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ みかんゼリー ひじき御飯	鯖の味噌煮 こくのある味噌が鯖のおいしさを引き立てます。御飯がすすむ、定番おかずです。 ごろっと肉じゃが つぶつぶコーンサラダ おすまし 御　飯	
	熱量 565 kcal　脂質 9.9 g 蛋白質 16.3 g　塩分 5.6 g 七大アレルゲン：卵・小麦 乳製品	熱量 782 kcal　脂質 17.3 g 蛋白質 33.7 g　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☆

◎ 12月 26日（月）夕食

NEW おかめうどん

あっさりした麺つゆの彩りの良いうどんです。

どうぞお楽しみに♪

メニューリクエスト募集しています！

「こんな料理を食べたい」「あの料理をまた食べたい」というものがありましたら、こちらのアドレスまで

↓↓↓

（nst@tohjin.co.jp）

リクエストをお願いします。

12月28日（水）夕食より、
冬期休業期間に入ります。
2017年は、1月5日（木）夕食より
お食事をご用意させて頂きます。

食品衛生認証施設 東京都食品衛生マイスター

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/

東仁給食センター　2016.12.20