

NO.1 - 3 2012.4.2 ~ 2012.4.8

=Weekly menu=

Monday 4/2 Tuesday 4/3 Wednesday 4/4 Thursday 4/5 Friday 4/6 Saturday 4/7 Sunday 4/8

☆東仁学生会館へようこそ☆

皆様が、健康的な生活を送れますよう、  
食生活をサポート致します。  
美味しく安心、安全なお食事を  
提供して参りますので、よろしくお願い致します。

朝食

焼き鮭  
朝食にぴったりの  
おかずです。  
吉野煮  
コールスローサラダ  
味噌汁  
御飯

ジャーマンポテト  
具だくさんポトフ  
ミニサラダ  
牛乳  
パン  
コーヒー・紅茶

玉子焼き  
青菜とハムの炒め物  
ゴボウサラダ  
味噌汁  
御飯

熱量 534 kcal 脂質 10.3 g 熱量 613 kcal 脂質 23.4 g 熱量 616 kcal 脂質 25.2 g  
 蛋白質 28.2 g 塩分 3.5 g 蛋白質 22.2 g 塩分 3.3 g 蛋白質 19.9 g 塩分 3.5 g  
 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

★おすすめ★  
ビーフカレー

シーザーサラダ  
サラダの上にトッピング  
した大きめのクルトンは  
かりと良い食感です。  
ジャム  
ヨーグルト  
コンソメスープ  
ライス

春の天ぷら  
盛り合わせ  
(竹の子・アスパラ・  
ゆず・野菜のかき揚げ)  
春の素材の味を  
ご賞味下さい。  
きつねそば  
特製の甘い味付けで  
じっくり煮込んだ  
油揚げが自慢です。  
胡麻ドレサラダ  
桜御飯  
桜の花入り♪  
春を感じる御飯です。

チキンの  
トマトソースがけ  
\*付け合わせ\*  
～ソテー～  
ボリューム満点のチキンを  
こんがり焼き、  
まるやかな  
味わいのトマトソースを  
かけました。  
春キャベツの  
ミモザサラダ  
みかんゼリー  
コンソメスープ  
ライス

デミソースDE  
ハンバーグ  
\*付け合わせ\*  
～スパゲティ～  
ボリュームのある  
ハンバーグに、  
特製デミソースを  
かけました。  
洋風じゃが芋  
～コンソメ味～  
野菜サラダ  
コンソメスープ  
ライス

熱量 841 kcal 脂質 33.1 g 熱量 1104 kcal 脂質 34.5 g 熱量 975 kcal 脂質 41.2 g 熱量 718 kcal 脂質 16.3 g  
 蛋白質 22.8 g 塩分 5.4 g 蛋白質 28.9 g 塩分 3.3 g 蛋白質 48.9 g 塩分 3.7 g 蛋白質 28.0 g 塩分 3.0 g  
 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品 七大人アレルゲン：卵・小麦・乳製品  
 そば

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せんでしたら、  
こちらのアドレス  
↓↓↓  
(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。

★今週のおすすめ★

◎4月5日(木) 夕食

ビーフカレー

数種類のスパイスを  
ブレンドし、じっくり煮込んで  
コクのあるカレーに  
仕上げました。

どうぞお楽しみに♪



カロリー・アレルギー表示について

熱量及び塩分等の数値は「五訂日本食品標準成分表」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。)献立に使用している食品の七大人アレルゲン物質(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、下記アドレスまで、お問い合わせ下さい。市場の都合によりメニューを変更する場合があります。今日の夕食が携帯からチェックできます。お気に入り登録して、是非活用してみたいお休みに、また学校の帰りの電車の中で気軽にその日のメニューがご覧いただけます。左のコードからアクセスできます。プレゼント企画の情報も掲載されておりますのでお見逃しなく! 本日の夕食携帯用HPアドレスはこちら→www.tokyo-stage.co.jp/i/m.html メニューのリクエスト・栄養相談もメールで受け付けておりますので、気軽にどうぞ♪ メニューリクエスト:nst@tohjin.co.jp 栄養相談:diet@tohjin.co.jp



東仁学生会館給食センターの表彰等  
 ※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

東京都食品衛生自主管理認証度