

Monday  
5/6

Tuesday  
5/7

Wednesday  
5/8

Thursday  
5/9

Friday  
5/10

Saturday  
5/11

Sunday  
5/12

★今週のおすすめ★

◎5月8日(水) 夕食

チキンの山賊焼き  
塩・胡椒・ニンク等の  
スパイシーな特製の卵に  
鶏肉を漬け込み  
焼きました。

◎5月9日(木) 夕食

スパゲティ  
カルボナーラ

卵黄と生クリーム、  
チーズ等で深みを出した  
濃厚なかぼちゃソースです。

どうぞお楽しみに♪

★今週のリクエスト★

◎5月10日(金) 夕食  
油淋鶏  
(ユーリンチー)

カッとジュシーに揚げた  
鶏肉に彩や生姜が  
たくさん入った風味  
豊かな特製ソースを  
かけました。

リクエストありがとうございました。

朝食

大判玉子焼き けんちん煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	イカの みりん焼き 里芋の煮物 スパゲティ サラダ ジョア 味噌汁 御飯	ハムエッグ 焼き豆腐の さつと煮 モヤシの ゆかり和え 味噌汁 御飯	ミニハンバーグ ベーコンと野菜 の炒め物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	白身魚の オープン焼き キャベツと油揚げの さつと煮 ミニサラダ 味噌汁 御飯	じゃがバター オムレット 肉団子と野菜の コンソメ煮 ミニサラダ 牛乳 揚げパン コーヒー・紅茶	山芋入りふんわり 豆腐 ハンバーグ 野菜の卵とじ ミニサラダ 味噌汁 御飯
---	---	--	--	---	---	---

熱量 454 kcal 脂質 7.9 g 熱量 648 kcal 脂質 11.1 g 熱量 533 kcal 脂質 15.2 g 熱量 477 kcal 脂質 10.3 g 熱量 462 kcal 脂質 8.2 g 熱量 501 kcal 脂質 21.1 g 熱量 516 kcal 脂質 14.6 g  
 蛋白質 18.1 g 塩分 2.0 g 蛋白質 23.6 g 塩分 2.1 g 蛋白質 22.6 g 塩分 2.7 g 蛋白質 19.9 g 塩分 2.1 g 蛋白質 20.0 g 塩分 2.8 g 蛋白質 21.3 g 塩分 2.5 g 蛋白質 19.2 g 塩分 2.4 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 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 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

夕食

和風ハンバーグ ～オニオンソース～ オニオンソースが ハンバーグの旨みを 引き立てます。 *付け合わせ* ～マッシュポテト & ミックスベジタブル～	鮭の香草 パン粉焼き 風味豊かな味付けにより 鮭が美味しく頂けます。 *付け合わせ* ソテー	★おすすめ★ チキンの 山賊焼き *付け合わせ* ポテトフライ	★おすすめ★ スパゲティ カルボナーラ 牛肉コロケ ツナサラダ フルーツ コンソメスープ ライス	★リクエスト★ 油淋鶏 (ユーリンチー) 胡麻だれ冷奴 わかめサラダ 中華スープ 御飯	ベニス風ドリア ターメリックライスに ホワイトソースと ミートソースを重ね、 チーズをのせて 焼き上げました。 コーンサラダ カルピスゼリー コンソメスープ	野菜たっぷり ちゃんぽん 野菜の旨みが スープに溶け込みます。 焼き餃子 野菜サラダ 杏仁マンゴー プリンミックス 御飯
---	---	---	---	---	--	--

熱量 755 kcal 脂質 20.7 g 熱量 758 kcal 脂質 15.9 g 熱量 1019 kcal 脂質 41.5 g 熱量 1055 kcal 脂質 43.0 g 熱量 772 kcal 脂質 25.2 g 熱量 763 kcal 脂質 13.9 g 熱量 818 kcal 脂質 19.3 g  
 蛋白質 32.0 g 塩分 4.7 g 蛋白質 37.4 g 塩分 4.2 g 蛋白質 44.0 g 塩分 4.3 g 蛋白質 29.4 g 塩分 4.6 g 蛋白質 41.8 g 塩分 3.5 g 蛋白質 22.2 g 塩分 5.4 g 蛋白質 40.4 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 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 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



東京都食品衛生自主管理認証制度

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



★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「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、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。  
 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・かた)を表示しております。  
 詳細については、給食センターTEL:042-468-2005 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

