

NO. 13 - 3 2013.6.24 ~ 2013.6.30

Monday
6/24

Tuesday
6/25

Wednesday
6/26

Thursday
6/27

Friday
6/28

Saturday
6/29

Sunday
6/30

★今週のおすすめ★

◎6月24日（月）夕食

ハヤシライス

牛肉をじっくり
煮込んで、コクのある
味に仕上げました。

◎6月27日（木）夕食

冷やし担々麺

コクのある本格的な
冷たいタレに
仕上げました
麺と良く絡めて
お召し上がり下さい。

どうぞお楽しみに♪

★今週のクエスト★

◎6月28日（金）夕食

とんかつ

サクの衣で豚肉の旨味を
閉じ込めたジューシーな
とんかつです。

クエストありがとうございました。

朝食

さかなと
野菜のすり身の
オーブン焼き

筑前煮
ミニサラダ
味付け海苔
味噌汁
御飯

ポークウインナー
マカロニの
クリーム煮
コールスローサラダ
乳飲料
パン
コーヒー・紅茶

玉子焼き
鶏団子と
野菜の煮物
ミニサラダ
味噌汁
御飯

彩り野菜の
豆腐バーグ
青菜とコーンの
ソテー
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

白身魚の
カレーパン粉焼き
鶏じゃが
小松菜ともやし
のおひたし
味噌汁
御飯

ジャーマンポテト
具たくさん
トマトスープ
ミニサラダ
パン
コーヒー・紅茶

たまごグラタン
厚揚げとコンニャク
の味噌煮
ミニサラダ
おすまし
御飯

熱量 589 kcal 脂質 17.3 g 蛋白質 23.0 g 塩分 2.2 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 565 kcal 脂質 19.0 g 蛋白質 19.8 g 塩分 2.1 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 556 kcal 脂質 14.0 g 蛋白質 20.6 g 塩分 2.1 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 409 kcal 脂質 8.0 g 蛋白質 10.0 g 塩分 2.2 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 526 kcal 脂質 7.8 g 蛋白質 25.1 g 塩分 2.6 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 547 kcal 脂質 18.7 g 蛋白質 17.3 g 塩分 2.7 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 768 kcal 脂質 33.9 g 蛋白質 30.5 g 塩分 3.0 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品

夕食

★おすすめ★

ハヤシライス

牛肉をじっくり
煮込んで、コクのある
味に仕上げました。

マーメイドサラダ

フルーツ白玉

コンソメスープ

鯖の味噌煮

特性の味噌ダレで
じっくり煮込みました。
人気のあるおかずです。

鶏肉の
ガシュナッツ炒め

和風サラダ

おすまし

御飯

開花井

開花井の名前の由来は、
文明開化時にやってきた
豚肉と玉葱を使用して
いる事からという
説があります。

魚河岸揚げの
煮物

野菜サラダ

味噌汁

★おすすめ★

冷やし担々麺

揚げシュウマイ

コールスローサラダ

絶品！杏仁豆腐
～ブルーベリーソース～

御飯

★クエスト★

とんかつ

人参しりしり

春雨サラダ
～マヨネーズ和え～

味噌汁

御飯

チキンカレー

柔らかい鶏肉が
嬉しいカレーです。

シーザーサラダ

ジャムヨーグルト

コンソメスープ

スパゲティ

挽肉の旨味とトマトの
酸味をうまく調和させた
まるやかなソースが
決め手です。

野菜コロッケ

コールスローサラダ

フルーツ

コンソメスープ

ライス

熱量 1107 kcal 脂質 31.7 g 蛋白質 39.6 g 塩分 5.1 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 822 kcal 脂質 30.1 g 蛋白質 41.6 g 塩分 5.1 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 960 kcal 脂質 26.6 g 蛋白質 34.1 g 塩分 5.1 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 1082 kcal 脂質 48.0 g 蛋白質 40.4 g 塩分 5.4 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 1049 kcal 脂質 60.8 g 蛋白質 34.2 g 塩分 2.9 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 1033 kcal 脂質 32.2 g 蛋白質 29.1 g 塩分 4.3 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品
熱量 951 kcal 脂質 27.2 g 蛋白質 31.0 g 塩分 4.3 g 七大アレルギー：卵・小麦・乳製品

落花生

落花生

☆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=430kcalで計算しております。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。
お待ちしております。メニュークエスト: mst@tohjin.co.jp



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

