

Monday
9/16

Tuesday
9/17

Wednesday
9/18

Thursday
9/19

Friday
9/20

Saturday
9/21

Sunday
9/22

★今週のおすすめ★

◎9月19日(木) 夕食
お月見ハンバーグ
&みたらし団子
中秋の名月!
お月様に見立てた
メニューです。

★行事食★

◎9月20日(金) 夕食
自家製おはぎ

一個一個丁寧に作った
手作りおはぎです!
あんこがたっぷりと
付いています!

どうぞお楽しみに!!

★今週のクエスト★

◎9月21日(土) 夕食
ベニス風ドリア

ベニス風とは
ヴェネツィア地方の
特徴でもある杓付ソースを
使った料理です。

クエストありがとうございます。

朝食

ミートボール ごぼうと 糸こんにゃくの煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	豚肉入り 薄焼き玉子 里芋の煮物 ミニサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	さかなと野菜の すり身の オープン焼き 鶏肉と根菜の 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	じゃが芋の ツナマヨオープン焼き 切り干し大根 の煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯	白身魚のカレー パン粉焼き 厚揚げの そぼろ煮 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	じゃが巻き ポークウインナー コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ベーコンエッグ けんちん煮物 ミニサラダ 味噌汁 御飯
---	---	---	--	--	---	---

熱量 572 kcal 脂質 12.9 g 蛋白質 13.9 g 塩分 2.7 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 448 kcal 脂質 6.3 g 蛋白質 15.1 g 塩分 2.4 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 524 kcal 脂質 16.3 g 蛋白質 16.7 g 塩分 2.1 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 532 kcal 脂質 15.5 g 蛋白質 10.4 g 塩分 2.6 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 486 kcal 脂質 10.8 g 蛋白質 46.7 g 塩分 2.2 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 576 kcal 脂質 27.3 g 蛋白質 17.3 g 塩分 2.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 528 kcal 脂質 18.7 g 蛋白質 18.0 g 塩分 2.5 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

夕食

グリルチキン ~ガーリックソース~ こんがり焼いたチキンに ガーリックソースをかけた ました。スタミナ満点、御飯が すすむおかずです。 *付け合わせ* ~のりポテト~ 揚げ出し豆腐 野菜サラダ 味噌汁 御飯	鮭のムニエル 鮭の赤い身は、天然色素 のアスタキサンチンと 呼ばれ、免疫力アップや 美容に効果があります。 *付け合わせ* ~バスタントー~ 洋風じゃが芋 ~コンソメ味~ 野菜サラダ コーンスープ ライス	豚肉の 特製味噌焼き 柔らかい豚肉を 特製の味噌ダレに 漬け込み 焼き上げました。 豆腐の五目煮 コールスローサラダ おすまし 御飯	★おすすめ★ お月見ハンバーグ *付け合わせ* ~ンテ~ 野菜サラダ 味噌汁 御飯	秋野菜の天ぷら 盛り合わせ サクッと揚がった 旬の食材を ご賞味下さい。 きつねうどん 野菜サラダ ★行事食★ 自家製おはぎ	★クエスト★ ベニス風ドリア 海老カツ コールスローサラダ みかんゼリー コンソメスープ	酸辣湯麺 オリジナルに仕上げた 酸っぱくて辛い スープが決め手です。 揚げシウマイ 野菜サラダ 御飯
--	---	---	---	--	---	--

熱量 1016 kcal 脂質 47.5 g 蛋白質 49.3 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 750 kcal 脂質 14.6 g 蛋白質 35.8 g 塩分 4.4 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 927 kcal 脂質 31.0 g 蛋白質 42.9 g 塩分 4.2 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 848 kcal 脂質 20.5 g 蛋白質 33.7 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 756 kcal 脂質 17.3 g 蛋白質 18.4 g 塩分 4.3 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 1094 kcal 脂質 33.8 g 蛋白質 35.8 g 塩分 5.3 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 928 kcal 脂質 22.6 g 蛋白質 34.2 g 塩分 4.5 g 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
 (該当管内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、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、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。
 お待ちしています。メニュークエスト: nst@tohjin.co.jp

