

Monday 8/25 Tuesday 8/26 Wednesday 8/27 Thursday 8/28 Friday 8/29 Saturday 8/30 Sunday 8/31

★今週のおすすめ★

◎8月27日(水) 夕食
鶏モモ肉の

味噌だれ焼き
柔らかい鶏肉を特製の
味噌だれに漬け込み
焼き上げました。

◎8月28日(木) 夕食
ミートソース

スパゲティー
挽肉の旨味とトマトの
酸味をうまく調和させた
まろやかなソースが
決め手です。

◎8月30日(土) 夕食
ハヤシライス
牛肉と野菜をじっくり
煮込みました。

どうぞお楽しみに!

朝食

明太子オムレツ	ポテトの マヨネーズ焼き ～ブラックペッパーがけ～	目玉焼き	ごまひじき バーグ	カレイの カレーパン粉焼き	スクランブル エッグ	さつま揚げ
きんぴらごぼう	ロールキャベツ	糸コンニャクと 挽肉の煮物	もやしの 中華風炒め	けんちん煮物	ウイナーと 野菜のクリーム煮	じゃがバター
レタスサラダ	レタスサラダ	コールスローサラダ	コールスローサラダ	コールスローサラダ	レタスサラダ	コールスローサラダ
味付け海苔	パン	味噌汁	味噌汁	味噌汁	パン	味噌汁
味噌汁	コーヒー・紅茶	御飯	御飯	御飯	コーヒー・紅茶	御飯

熱量 465 kcal 脂質 9.8 g 熱量 518 kcal 脂質 22.4 g 熱量 443 kcal 脂質 10.3 g 熱量 473 kcal 脂質 11.7 g 熱量 427 kcal 脂質 6.0 g 熱量 482 kcal 脂質 18.1 g 熱量 473 kcal 脂質 6.3 g
 蛋白質 15.3 g 塩分 3.1 g 蛋白質 12.6 g 塩分 3.4 g 蛋白質 15.8 g 塩分 2.9 g 蛋白質 14.7 g 塩分 3.5 g 蛋白質 19.2 g 塩分 3.5 g 蛋白質 23.1 g 塩分 3.4 g 蛋白質 16.4 g 塩分 3.6 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

夕食

ハ宝菜 魚介類やお肉、 たっぷりの野菜が 食べられるバランスの 良いメニューです。	赤魚の唐揚げ ～野菜あんかけ～ カツと揚げた赤魚に 野菜がたっぷり入った あんをかけました。	★おすすめ★ 鶏モモ肉の 味噌だれ焼き *付け合わせ* ～フレンチポテトフライ～	★おすすめ★ ミートソース スパゲティー	照りマヨ ハンバーグ 柔らかいハンバーグに マヨネーズを添えました。 照り焼きソースの 相性が抜群です。 *付け合わせ* ～野菜ソテー～	★おすすめ★ ハヤシライス 牛肉と野菜を じっくり煮込みました。	焼き鯖 ～大根おろし添え～ 鯖は「青魚の玉様」と 言われるほど栄養価が 高い魚です。
揚げシュウマイ	鶏野菜炒め	さっぱり冷奴	たっぷり コーンコロケ	さつま揚げの 煮物	豚肉と野菜の カキ油炒め	
グレープ フルーツ	フレッシュ 野菜サラダ	胡麻ドレサラダ	コールスローサラダ	フレッシュ野菜サラダ	フレッシュ 野菜サラダ	
中華スープ	味噌汁	おすまし	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	
御飯	御飯	御飯	ライス	御飯	御飯	

熱量 817 kcal 脂質 37.1 g 熱量 729 kcal 脂質 25.9 g 熱量 1182 kcal 脂質 52.0 g 熱量 905 kcal 脂質 21.0 g 熱量 729 kcal 脂質 25.9 g 熱量 1086 kcal 脂質 37.4 g 熱量 796 kcal 脂質 32.4 g
 蛋白質 26.7 g 塩分 4.1 g 蛋白質 38.0 g 塩分 4.2 g 蛋白質 55.0 g 塩分 4.3 g 蛋白質 28.7 g 塩分 4.8 g 蛋白質 25.6 g 塩分 4.8 g 蛋白質 22.7 g 塩分 4.9 g 蛋白質 48.4 g 塩分 4.7 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

☆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。
 熱量及び塩分量等の数値は「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(Weedy 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 ※パソコンからのメール着信拒否や受信拒手を限定されている場合は返信メールが届かない場合があります。



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
 (該当賞内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

