

Monday 9/8 Tuesday 9/9 Wednesday 9/10 Thursday 9/11 Friday 9/12 Saturday 9/13 Sunday 9/14

★行事食★
 ◎9月8日(月) 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。
★今週のおすすめ★
 ◎9月10日(水) 夕食
 グリルチキン
 ~オニオンソース~
 香ばしく焼いたチキンに
 オニオンソースを
 かけました。
 どうぞお楽しみに!

★今週のクエスト★
 ◎9月13日(土) 夕食
 サクサクとり天丼
 サクッと揚げた
 鶏の天ぶらを御飯に
 のせ、天丼のタレを
 かけました。削り節と
 刻み海苔が美味しさを
 引き立てます。
 リクエストありがとうございました。

朝食						
ポロニアソーセージカツ 鶏肉と 根菜の煮物 茹でキャベツ 味付け海苔 味噌汁 御飯	プレーン オムレツ マカロニの クリーム煮 コルスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ちくわの 磯辺揚げ 豆腐と 野菜の煮物 コルスローサラダ 味噌汁 御飯	卵と野菜の 炒め物 じゃが芋の 甘辛煮 コルスローサラダ 味噌汁 御飯	彩り海鮮 豆腐ステーキ 肉団子と 野菜の煮物 コルスローサラダ 味噌汁 御飯	大判玉子焼き ツナと 野菜のソテー コルスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ミートボール キャベツと油揚げの さっと煮 コルスローサラダ 味噌汁 御飯

熱量 501 kcal 脂質 8.9g 熱量 426 kcal 脂質 8.6g 熱量 561 kcal 脂質 12.5g 熱量 490 kcal 脂質 8.6g 熱量 470 kcal 脂質 12.0g 熱量 368 kcal 脂質 11.0g 熱量 543 kcal 脂質 14.4g
 蛋白質 19.6g 塩分 4.7g 蛋白質 16.6g 塩分 3.6g 蛋白質 18.8g 塩分 3.6g 蛋白質 16.5g 塩分 3.9g 蛋白質 12.2g 塩分 3.1g 蛋白質 15.5g 塩分 2.2g 蛋白質 17.1g 塩分 4.3g
 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦 七大アレルギー: 卵・小麦
 乳製品 乳製品 乳製品 乳製品 乳製品 乳製品 乳製品

夕食						
★行事食★ お月見 ハンバーグ *付け合わせ* ~フレッシュトマト~ フレッシュ 野菜サラダ ★行事食★ みたらし団子 コンソメスープ ライス 熱量 975 kcal 脂質 34.6g 蛋白質 31.7g 塩分 4.7g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	東仁特製鯖の みりん醤油漬け 鯖をみりん醤油に 漬け込み香ばしく 焼きました。 イカと野菜の さっぱり塩炒め 大根サラダ 味噌汁 御飯 熱量 656 kcal 脂質 17.4g 蛋白質 38.9g 塩分 4.6g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	★おすすめ★ グリルチキン ~オニオンソース~ *付け合わせ* ~ナポリタン~ フレッシュ 野菜サラダ グレープ フルーツ コンソメスープ ライス 熱量 865 kcal 脂質 34.3g 蛋白質 45.6g 塩分 2.4g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	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。 アジフライ みかんゼリー 御飯 熱量 952 kcal 脂質 22.4g 蛋白質 34.3g 塩分 4.9g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	牛肉と野菜の 香味炒め 具材のモやしは 「生命の芽」と言われる ほど栄養価の高い野菜と して知られています。 昔ながらの 味噌田楽 春雨サラダ おすまし 御飯 熱量 825 kcal 脂質 21.8g 蛋白質 22.7g 塩分 4.9g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	★リクエスト★ サクサク とり天丼 野菜入り さつま揚げの煮物 フレッシュ 野菜サラダ 味噌汁 熱量 948 kcal 脂質 24.9g 蛋白質 30.3g 塩分 4.7g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	ミートソース ドリア ~とろとろチーズのせ~ 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 コルスローサラダ コンソメスープ 熱量 930 kcal 脂質 30.5g 蛋白質 24.1g 塩分 4.8g 七大アレルギー: 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されています。
 熱量及び塩分量の数は「日本食品標準成分表2010」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、夕食をご覧頂けます。 www.tokyo-stage.co.jp/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否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
 (該当年内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

