

NO. 29 - 4

2014.10.13 ~ 2014.10.19

=Weekly menu=

Monday

10/13

Tuesday

10/14

Wednesday

10/15

Thursday

10/16

Friday

10/17

Saturday

10/18

Sunday

10/19

朝食

★今週のおすすめ★

◎10月15日(水) 夕食
絶品! マーボー豆腐
ほどよい辛味は食欲を
増進させます!

◎10月16日(木) 夕食
照りマヨハンバーグ
柔らかいハンバーグに
マネズを添えました。
照り焼きソースの
相性が抜群です。

◎10月17日(金) 夕食
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。

どうぞお楽しみに!

ミートボール
鶏肉と
根菜の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

ハムチーズ
ピカタ
里芋の煮物
茹でキャベツ
味付け海苔
味噌汁
御飯

目玉焼き
野菜たっぷり
春雨煮
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

ごまひじき
バーグ
もやしと
さつま揚げの
炒め物
茹でキャベツ
味噌汁
御飯

白身魚の
マヨチーズ焼き
厚揚げと
大根の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

明太子オムレツ
ミートボールの
コンソメ煮
コールスローサラダ
パン
コーヒー・紅茶

ベーコン
ポテトバーグ
鶏そぼろと
大根の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

熱量 533 kcal 脂質 13.5 g
蛋白質 18.7 g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 496 kcal 脂質 7.5 g
蛋白質 15.9 g 塩分 3.8 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 509 kcal 脂質 13.8 g
蛋白質 19.1 g 塩分 2.8 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 479 kcal 脂質 10.2 g
蛋白質 14.8 g 塩分 3.7 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 529 kcal 脂質 16.7 g
蛋白質 25.3 g 塩分 3.9 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 431 kcal 脂質 15.4 g
蛋白質 17.0 g 塩分 3.9 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 490 kcal 脂質 11.9 g
蛋白質 15.7 g 塩分 3.8 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

夕食

MIXフライ
セット
白身魚フライ、
チキンカツ、豚串カツ、
3種のフライ
セットです。
さっぱり冷奴
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

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。
付け合わせ
~パスタソース~
フレッシュ
野菜サラダ
おすまし
御飯

★おすすめ★
絶品!
マーボー豆腐
厚切りハムカツ
コールスローサラダ
みかんゼリー
中華スープ
御飯

★おすすめ★
照りマヨ
ハンバーグ
付け合わせ
~野菜ソース~
フレッシュ
野菜サラダ
味噌汁
御飯

★おすすめ★
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。
揚げシュウマイ
付け合わせ
~もやしのナムル~
フレッシュ
野菜サラダ
御飯

オリジナル
ポークカレー
数種類のスパイスを
ブレンドし、じっくり
煮込んだコクのある
カレーです。
コーンサラダ
ヨーグルト
コンソメスープ
御飯

ヒレカツ
お肉はやわらか、
衣はサクサクの
ヒレカツです。
海鮮団子の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

熱量 755 kcal 脂質 27.3 g
蛋白質 29.9 g 塩分 2.8 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 939 kcal 脂質 34.9 g
蛋白質 48.5 g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 778 kcal 脂質 21.4 g
蛋白質 27.6 g 塩分 3.5 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 623 kcal 脂質 24.2 g
蛋白質 22.0 g 塩分 3.6 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 852 kcal 脂質 23.6 g
蛋白質 32.2 g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 934 kcal 脂質 25.6 g
蛋白質 24.0 g 塩分 5.0 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品

熱量 686 kcal 脂質 16.4 g
蛋白質 28.0 g 塩分 3.3 g
七大アレルゲン: 卵・小麦
乳製品・えび



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「日本食品標準成分表2010」に基づいた計算値であり、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/1/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/

☆メニューのリンク先を募集しています。「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。メニューリンク先: 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。