

NO.2 - 4

2015.4.13 ~ 2015.4.19

=Weekly menu=

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday Sunday
4/13 4/14 4/15 4/16 4/17 4/18 4/19

★今週のおすすめ★

◎4月14日(火) 夕食
鶏モモ肉の
味噌ダレ焼き
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。

◎4月17日(金) 夕食

歓迎会イベント
パーティーメニュー

パーティーメニューを
ご用意しております。
多くの方と交流が
もてる機会です。
皆さんそろって
ご参加下さい。

どうぞお楽しみに♪

朝食

明太子オムレツ 鶏肉と 根菜の煮物 レタスサラダ 味付け海苔 味噌汁 御飯	ハッシュド ポテト ベーコンと 野菜のソテー コールスローサラダ ジョア パン コーヒー・紅茶	さつま揚げ 豚肉と 豆腐の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	目玉焼き 糸こんにゃくの そぼろ煮 おひたし 味噌汁 御飯	miniハンバーグ 厚揚げの さっと煮 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ミートボール きんぴらごぼう コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ヘルシー豆腐 ハンバーグ 田舎風煮物 ~味噌仕立て~ コールスローサラダ おすまし 御飯
---	--	---	--	---	---	--

熱量 500 kcal 脂質 11.9 g 蛋白質 19.8 g 塩分 3.7 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 572 kcal 脂質 24.8 g 蛋白質 17.3 g 塩分 2.4 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 502 kcal 脂質 9.3 g 蛋白質 19.8 g 塩分 3.8 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 452 kcal 脂質 10.5 g 蛋白質 17.8 g 塩分 3.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 584 kcal 脂質 19.4 g 蛋白質 20.3 g 塩分 3.2 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 528 kcal 脂質 12.7 g 蛋白質 13.6 g 塩分 3.7 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 437 kcal 脂質 9.9 g 蛋白質 11.1 g 塩分 3.7 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品

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。 揚げシューマイ コールスローサラダ パインゼリー 御飯	★おすすめ★ 鶏モモ肉の 味噌ダレ焼き *付け合わせ* ~野菜ソテー~ ちくわと 大根の煮物 フレッシュ野菜サラダ おすまし 御飯	豚肉と野菜の 中華旨煮 野菜の旨味がたっぷりと 入った一品です。 白身魚フライ コールスローサラダ モやしのナムル 中華スープ 御飯	ミートソース ドリア ~ととろチーズのせ~ 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。 カレーコロッケ コールスローサラダ みかんゼリー コンソメスープ	★歓迎会 イベント★ パーティー メニュー 詳しくは、 メニュー ポスターを ご覧下さい。	ビーフカレー 大きな鍋でじっくりと 煮込みました。 牛肉の旨味がたっぷりと 入っています。 シーザーサラダ ヨーグルト コンソメスープ 御飯	MIXフライ 野菜コロッケ サーモンフライ イカフライ 3種のフライセットです。 さつま揚げの 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯
---	--	--	--	--	--	--

熱量 782 kcal 脂質 22.2 g 蛋白質 27.3 g 塩分 3.4 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 917 kcal 脂質 35.7 g 蛋白質 49.3 g 塩分 4.9 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 573 kcal 脂質 15.9 g 蛋白質 19.0 g 塩分 4.2 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 948 kcal 脂質 26.5 g 蛋白質 22.0 g 塩分 4.8 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 --- kcal 脂質 --- g 蛋白質 --- g 塩分 --- g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 1002 kcal 脂質 34.5 g 蛋白質 22.9 g 塩分 5.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 726 kcal 脂質 20.5 g 蛋白質 21.6 g 塩分 4.1 g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品



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
 (該当内1235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。
 熱量及び塩分量の数値は「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。
 ドレッシングやソース等のお好みで使用する調味料は計算値には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/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相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。