



2015.8.31 ~ 2015.9.6

= Weekly menu =

★今週のおすすめ★

◎9月1日 (火) 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。

◎9月4日 (金) 夕食
The☆鶏丼

鶏そぼろと卵そぼろ、
鶏肉の照り焼きが
のった丼物です。

◎9月5日 (土) 夕食
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。

どうぞお楽しみに！

Monday
8/31

Tuesday
9/1

Wednesday
9/2

Thursday
9/3

Friday
9/4

Saturday
9/5

Sunday
9/6

朝食

さつま揚げ
筑前煮
もやしと人参の
おかか和え
味付け海苔
味噌汁
御飯

じゃが芋の
ツナマヨオープン焼き
ベーコンと
野菜のソテー
コールスローサラダ
パン
コーヒー・紅茶

ミートボール
豚肉と
豆腐の煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

ベーコン
ポテトバーグ
糸コンニャクの
そぼろ煮
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

目玉焼き
厚揚げのさつと煮
おひたし
味噌汁
御飯

ハッシュドポテト
マカロニと野菜の
コンソメ炒め
コールスローサラダ
パン
コーヒー・紅茶

mini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 549 kcal 脂質 8.0 g
蛋白質 26.3 g 塩分 4.7 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 350 kcal 脂質 12.3 g
蛋白質 12.8 g 塩分 1.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 567 kcal 脂質 14.1 g
蛋白質 18.7 g 塩分 4.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 437 kcal 脂質 7.3 g
蛋白質 15.1 g 塩分 3.5 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 522 kcal 脂質 15.4 g
蛋白質 20.7 g 塩分 3.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 490 kcal 脂質 16.5 g
蛋白質 13.0 g 塩分 2.7 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 492 kcal 脂質 12.6 g
蛋白質 14.4 g 塩分 4.3 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

夕食

ふわふわ親子丼
柔らかい鶏肉と玉葱を
ダシの効いた井つゆで
味付けし、卵でふくら
とじました。
揚げボールの
煮物
シャキシャキ
大根サラダ
味噌汁

☆おすすめ☆
酸辣湯麺
ハムカツ
コールスローサラダ
フルーツゼリー
御飯

天津かに玉の
甘酢あんかけ
ふんわり感が
うれしいかに玉。
御飯にのせれば
天津丼になります。
チャプチェ
~韓国風炒め物~
フレッシュ
野菜サラダ
中華スープ
御飯

豚肉と野菜の
香味炒め
豚肉と野菜を特製の
香味タレで炒めました。
御飯がすすむ
おかずです。
豆腐の五目煮
フレッシュ
野菜サラダ
おすまし
御飯

☆おすすめ☆
The☆鶏丼
ちくわと
大根の煮物
フレッシュ
野菜サラダ
味噌汁

☆おすすめ☆
オリジナル
ポークカレー
シーザーサラダ
ヨーグルト
コンソメスープ

ヒレカツ
お肉はやわらか、
衣はサクサクの
ヒレカツです。
ごぼうと
糸コンニャクの煮物
コールスローサラダ
味噌汁
御飯

熱量 870 kcal 脂質 20.0 g
蛋白質 35.3 g 塩分 4.8 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品・えび

熱量 943 kcal 脂質 17.8 g
蛋白質 30.4 g 塩分 3.6 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 665 kcal 脂質 17.9 g
蛋白質 16.7 g 塩分 4.5 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品・かに・えび

熱量 718 kcal 脂質 24.6 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 1034 kcal 脂質 28.4 g
蛋白質 49.6 g 塩分 4.9 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 960 kcal 脂質 29.2 g
蛋白質 23.7 g 塩分 5.0 g
七大アレルゲン：卵・小麦
乳製品

熱量 598 kcal 脂質 14.1 g
蛋白質 22.3 g 塩分 3.5 g
七大アレルゲン：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=25kcal、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してい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ゲン(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。