

Monday 6/13 Tuesday 6/14 Wednesday 6/15 Thursday 6/16 Friday 6/17 Saturday 6/18 Sunday 6/19

★今週のおすすめ★

◎6月17日(金) 夕食
スパゲティ-
カルボナーラ

卵黄、生クリーム、
チーズ等で深みを出した
カルボナーラソースが
決めています。

どうぞお楽しみに!

morning

| | | | | | | |
|--|---|---|--|--|--|--|
| ヘルシー豆腐ハンバーグ ひじきの煮物 カマとキュリとツの和え物 味噌汁 御飯 | ポテトのマヨネーズ焼き ~ブラック&ツパ~がけ~ ミートボールのコンソメ煮 コールスロ-サラダ パン コーヒー・紅茶 | プレーンオムレツ 鶏肉と野菜の春雨煮 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯 | チキンバー 豆腐と野菜の煮物 おひたし 味噌汁 御飯 | あげたてさつま揚げ 五目煮 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯 | 目玉焼き ウインナーと野菜のクリーム煮 コールスロ-サラダ パン コーヒー・紅茶 | miniハンバーグ 厚揚げと大根の煮物 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯 |
|--|---|---|--|--|--|--|

熱量 525 kcal 脂質 15.7g 蛋白質 13.7g 塩分 4.9g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 540 kcal 脂質 22.1g 蛋白質 15.4g 塩分 2.9g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 468 kcal 脂質 8.7g 蛋白質 18.5g 塩分 3.3g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 466 kcal 脂質 6.7g 蛋白質 18.7g 塩分 3.8g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 489 kcal 脂質 10.7g 蛋白質 16.9g 塩分 4.0g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品・えび
 熱量 388 kcal 脂質 14.8g 蛋白質 16.5g 塩分 1.9g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 570 kcal 脂質 18.1g 蛋白質 19.8g 塩分 3.6g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品

dinner

メニューリクエスト
募集しています!

「こんな料理を食べたい」
「あの料理をまた食べたい」
というものがありましたら、
こちらのアドレスまで
↓↓↓
(nst@tohjin.co.jp)
リクエストをお願いします。

| | | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|---|
| 冷やしおろしうどん 大根おろしと食べるさっぱりうどん。 初夏にぴったりの味わいです。 MIXフライ ※付け合わせ※ コールスロ-サラダ みたらし団子 御飯 | 肉厚! 鰯の塩焼き ~大根おろし添え~ 脂がのった、食べ応えのある鰯の塩焼きです。 野菜三色肉巻き ※付け合わせ※ フレッシュ野菜サラダ 納豆 味噌汁 御飯 | 中華丼 様々な具材が入り、旨味、栄養が詰まった丼物です。 蒸しシュウマイ ※付け合わせ※ 彩りサラダ 切り干し大根の梅和え 中華スープ | デミソースDEハンバーグ ボリュームのあるハンバーグに特製のデミソースをかけました。 ※付け合わせ※ ナポリタン 海藻サラダ フルーツ コンソメスープ ライス | お薦めメニュー♪ スパゲティ-カルボナーラ 卵黄、生クリーム、チーズ等で深みを出したソースが決めています。 野菜コロッケ ※付け合わせ※ コールスロ-サラダ みかんゼリー コンソメスープ ライス | チキンの山賊焼き にんにくを効かせたタレに漬け込み、香ばしく焼き上げました。 ※付け合わせ※ フライドポテト 海鮮団子の煮物 フレッシュ野菜サラダ 味噌汁 御飯 | シーフードフライ エビカツ サーモンフライ イカフライ 3種のワザットです ※付け合わせ※ コールスロ-サラダ イタリアン冷やっこ 味噌汁 御飯 |
|--|--|---|--|---|---|---|

熱量 686 kcal 脂質 18.5g 蛋白質 21.3g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 704 kcal 脂質 18.2g 蛋白質 56.6g 塩分 3.3g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 846 kcal 脂質 24.4g 蛋白質 22.2g 塩分 3.5g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 743 kcal 脂質 19.2g 蛋白質 24.2g 塩分 4.8g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品・えび
 熱量 824 kcal 脂質 36.8g 蛋白質 24.3g 塩分 4.1g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品・えび
 熱量 1073 kcal 脂質 44.5g 蛋白質 51.2g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦・乳製品
 熱量 715 kcal 脂質 25.3g 蛋白質 27.2g 塩分 3.4g 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=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:nst@tohjin.co.jp までお問い合わせ下さい。
 ☆養育用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。「こんなメニューを食べたい!」「もう一度このメニューを食べたい!」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。