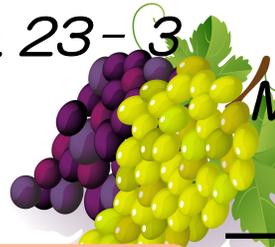


NO. 23-3

=Weekly menu=

2016.9.5 ~ 2016.9.11



Monday 9/5 Tuesday 9/6 Wednesday 9/7 Thursday 9/8 Friday 9/9 Saturday 9/10 Sunday 9/11

morning

ちくわの磯辺揚げ 豚挽肉と 根菜の煮物 カメとキュウリと 汁の和え物 味付け海苔 味噌汁 御飯	プレーンオムツ マカロニの デミソース煮 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	ヘルシー 豆腐ハンバーグ 五目煮 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	ミートボール ウインナーと 野菜のソテー コールスローサラダ 味噌汁 御飯	いか入り ねぎ焼き 切り干し大根の 煮物 おひたし 味噌汁 御飯	ポトの トマトスープ スープ春雨 コールスローサラダ パン コーヒー・紅茶	目玉焼き ちくわと 大根の煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯
--	--	--	--	--	--	---

熱量 656 kcal 脂質 18.6 g 蛋白質 24.3 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 434 kcal 脂質 11.4 g 蛋白質 15.7 g 塩分 3.6 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 558 kcal 脂質 21.6 g 蛋白質 13.5 g 塩分 3.4 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 531 kcal 脂質 16.7 g 蛋白質 13.1 g 塩分 3.8 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 399 kcal 脂質 3.2 g 蛋白質 10.4 g 塩分 3.1 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 607 kcal 脂質 25.3 g 蛋白質 15.4 g 塩分 3.3 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ
 熱量 438 kcal 脂質 9.6 g 蛋白質 16.1 g 塩分 3.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

dinner

☆おすすめ☆ 名古屋風味噌カツ サクサクのトンカツに 甘辛い味噌だれをかけた 名古屋の名物料理です。	☆おすすめ☆ 名古屋風味噌カツ サクサクのトンカツに 甘辛い味噌だれをかけた 名古屋の名物料理です。 *付け合わせ* コールスローサラダ がんもの煮物 フルーツゼリー おすまし 御飯	つるつる♪ ざるラーメン さっぱり美味しい夏 限定の冷たいラーメンです♪ NEW 完熟トマトの 濃厚ソーフライ *付け合わせ* フレッシュ野菜サラダ NEW ザーサイと もやしの和え物 御飯	サワラの西京焼 かつらを甘味噌に漬込み ふっくら香ばしく 焼き上げました。 じゃが芋の 甘辛煮 シャキシャキ 大根サラダ 納豆 おすまし 御飯	豚肉と野菜の 中華旨煮 野菜の旨味をたっぷり 味わえるおかずです。 アジフライ *付け合わせ* 彩りサラダ みかんゼリー 中華スープ 御飯	とり天丼 サクッと揚げた 鶏の天ぷらに特製の 甘辛だれをかけました。 削り節と刻み海苔が 美味しさを引き立てます 冷やっこ フレッシュ野菜サラダ 味噌汁	ハヤシライス 牛肉と野菜をじっくり 煮込み、まろやかに 仕上げました。 シーザーサラダ フルーツ コンソメスープ	NEW ミックスフライ トンカツに新たに、 夏野菜カレーコロッケと パスタを揃えました。 *付け合わせ* コールスローサラダ 揚げボールの煮物 味噌汁 御飯
--	---	---	---	--	--	--	---

熱量 1031 kcal 脂質 34.0 g 蛋白質 37.7 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 502 kcal 脂質 11.2 g 蛋白質 15.0 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ
 熱量 607 kcal 脂質 12.7 g 蛋白質 32.5 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 628 kcal 脂質 16.0 g 蛋白質 18.2 g 塩分 2.8 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ
 熱量 1021 kcal 脂質 26.5 g 蛋白質 37.7 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 937 kcal 脂質 32.0 g 蛋白質 20.2 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 710 kcal 脂質 21.0 g 蛋白質 23.8 g 塩分 4.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ

☆今週のおすすめ☆

◎ 9月 5日 (月)

名古屋風味噌カツ

サクサクのトンカツに
甘辛い味噌だれをかけた
名古屋の名物料理です。

どうぞお楽しみに♪

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

↓↓↓

[\(nst@tohjin.co.jp\)](mailto:nst@tohjin.co.jp)

リクエストをお願いします。



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・アレルゲン表示が記載してあります。
 熱量及び塩分量等の数値は「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、麺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され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/>

