

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday Sunday
 2/27 2/28 3/1 3/2 3/3 3/4 3/5

morning

今月の行事食

◎ 3月3日 (金) 夕食

桃の節句メニュー

桃の節句と

卒業をお祝いする
 気持ちを込めて、
 夕食に特別メニューを
 ご用意致します。

どうぞお楽しみに♪

☆今週のおすすめ☆

◎ 2月 28日 (火) 夕食

おかめうどん

様々な具がのった
 彩りの良い
 うどんです。



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、加・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、夕食をご覧頂けます。 www.tokyo-stage.co.jp/j/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/>

ちびっ子シウマイ	ベ-コンポテバ-グ	厚揚げ焼き	大判肉包み蒸し	こんがり焼き ししゃも	ポトの マネズ 焼き ~ブロッコッパ-がけ~	目玉焼き
ひじきの煮物	白菜のクリーム煮	ごぼうと 糸こんにゃくの煮物	ベ-コンと 野菜のソテ	里芋の煮物	ミートボ-ルの デミソース煮	五目煮
もやしと人参の おかか和え	コールスロ-サラダ	コールスロ-サラダ	コールスロ-サラダ	枝豆ともやしの 和え物	白菜サラダ	コールスロ-サラダ
味噌汁	パ-ソ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	パ-ソ	味噌汁
御飯	コ-ヒー・紅茶	御飯	御飯	御飯	コ-ヒー・紅茶	御飯

熱量 425kcal 脂質 6.7g 蛋白質 13.5g 塩分 3.9g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 443kcal 脂質 15.4g 蛋白質 14.6g 塩分 3.3g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 436 kcal 脂質 8.8 g 蛋白質 14.6 g 塩分 3.2g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 452kcal 脂質 10.3g 蛋白質 12.9g 塩分 4.2g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 184kcal 脂質 6.2g 蛋白質 12.2g 塩分 4.1g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 578 kcal 脂質 25.2 g 蛋白質 15.1 g 塩分 2.9 g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 504 kcal 脂質 15.4 g 蛋白質 15.9 g 塩分 3.1 g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品
---	--	--	--	---	--	--

dinner

名古屋風味噌か ツツク(トク)に 甘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-サラダ あったか豆腐 おすすめ 御飯	☆おすすめ☆ おかめうどん 様々な具がのった 彩りの良いうどんです。 *付け合わせ* コールスロ-サラダ 白身チ-ズ フライ *付け合わせ* コールスロ-サラダ 切り干し大根の 梅和え 御飯	焼き鯖 ~大根おろし添え~ 鯖は栄養価が高く、脳の 活性化に効果的な脂質を 多く含んでいます。 チャプチ ~韓国風炒め物~ 白菜と水菜の サラダ 味噌汁 御飯	肉豆腐 肉の旨味と白菜の 甘味がしみこんだ豆腐は 美味しき満点です。 クリーム-コック *付け合わせ* コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯	☆行事食☆ 彩り三色丼 春らしい華やかな メニューをご用意致します。 鶏肉の磯辺揚げ 新玉葱のサラダ 手作り クリームあんみつ 菜の花の お吸い物	リジ ナルキノカ- 柔らかいキノと 程よく効いたスパ-イが 決め手のカ-です。 春雨サラダ フルーツ コンソメスープ	シーフード フライ キールフライ・サーモンフライ・イカフライ のツツクがの 3種盛です!! *付け合わせ* コールスロ-サラダ 揚げボ-ルの煮物 味噌汁 御飯
--	--	---	--	--	--	---

熱量 874kcal 脂質 32.8g 蛋白質 35.1g 塩分 4.0g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 751kcal 脂質 8.7g 蛋白質 20.8g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 853kcal 脂質 34.0g 蛋白質 41.5g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品・エビ	熱量 662kcal 脂質 17.2g 蛋白質 21.4g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 1170kcal 脂質 34.3g 蛋白質 47.0g 塩分 4.3g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 974 kcal 脂質 28.8 g 蛋白質 22.7g 塩分 5.0g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品	熱量 684 kcal 脂質 16.7 g 蛋白質 27.4 g 塩分 4.8 g 七大アレルギー: 卵・小麦 乳製品・エビ
--	---	---	--	---	--	---

