

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♪

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 ~ブロッコリーがけ~	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 野菜のソテー	里芋の煮物	ミートボールの デミソース煮	五目煮
もやしと人参の おかか和え	コールスローサラダ	コールスローサラダ	コールスローサラダ	枝豆ともやしの 和え物	白菜サラダ	コールスローサラダ
味噌汁	パソ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	パソ	味噌汁
御飯	コーヒー・紅茶	御飯	御飯	御飯	コーヒー・紅茶	御飯

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

dinner

**☆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。



名古屋風味噌か ツツクのトシカ 甘い味噌だれをかけた 名古屋の名物料理です。	<b>☆おすすめ☆</b> おかめうどん 様々な具がのった 彩りの良いうどんです。	焼き鯖 ~大根おろし添え~ 糖質栄養価が高く、脳の 活性化に効果的な脂質を 多く含んでいます。	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。	<b>☆行事食☆</b> 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。	リジナルチキンカレー 柔らかいチキンと 程よく効いたスパイスが 決め手のカレーです。	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 3種盛りです!!
*付け合わせ* コールスローサラダ	白身チキンフライ *付け合わせ* コールスローサラダ	チャプチ ~韓国風炒め物~	クリームコロッケ *付け合わせ* コールスローサラダ	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	春雨サラダ	*付け合わせ* コールスローサラダ
あったか豆腐	切り干し大根の 梅和え	白菜と水菜の サラダ	味噌汁		フルーツ	揚げボールの煮物
おすすめ	御飯	味噌汁	味噌汁		コンソメスープ	味噌汁
御飯	御飯	御飯	御飯		御飯	御飯

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