

=Weekly menu=

2017.4.24 ~ 2017.4.30

Monday 4/24 Tuesday 4/25 Wednesday 4/26 Thursday 4/27 Friday 4/28 Saturday 4/29 Sunday 4/30

morning

ちびっ子シウマイ 吉野煮 ワカメとキュリと ツナの和え物 味噌汁 御飯	ハッシュポテト ウインナーと 野菜のソテー コールスローサラダ パン コヒー・紅茶	チーズオムレツ 厚切りハムステーキ コールスローサラダ 味噌汁 御飯	けんぱー ちくわと大根の 煮物 コールスローサラダ 味噌汁 御飯	目玉焼き 五目煮 春キャベツの おひたし 味噌汁 御飯	白身魚のフライ じゃがバター 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 ワカメサラダ 味噌汁 御飯
--	--	--	---	--	---	--

熱量 594 kcal 脂質 15.1 g 蛋白質 19.7 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 442 kcal 脂質 19.5 g 蛋白質 11.1 g 塩分 2.2 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 436 kcal 脂質 11.2 g 蛋白質 14.6 g 塩分 2.9 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 470 kcal 脂質 10.4 g 蛋白質 16.4 g 塩分 3.1 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 506 kcal 脂質 15.3 g 蛋白質 16.6 g 塩分 3.2 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 542 kcal 脂質 12.7 g 蛋白質 13.8 g 塩分 3.3 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 395 kcal 脂質 3.2 g 蛋白質 9.7 g 塩分 3.1 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

dinner

名古屋風味噌か ササキのトカツに 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* コールスローサラダ あったか豆腐 おすまし 御飯	豚肉と野菜の ジソジャソテー ピリッと生姜が香り 食欲をそそります。野菜 もたっぷりとれます！ 餅巾着の煮物 フレッシュ野菜サラダ 味噌汁 御飯	ミトソスパゲティ コクのある特製ミトソスが 決め手の、 人気パスタです♪ クリームコロッケ *付け合わせ* コールスローサラダ ジュア コンソメスープ 御飯	鯖の味噌煮 こくのある味噌が 鯖のおいしさを引き立て ます。御飯がすすむ、 定番おかずです。 茶碗蒸し 新玉葱のサラダ 切り干し大根の 梅和え おすまし 御飯	☆おすすめ☆ おいしいね♪ けんぱー ケチャップ味が懐かしい☆ いつも大好評の 人気メニューです！！ カツとエビが *付け合わせ* コールスローサラダ フルーツ コンソメスープ	天津井 程よく酸味のきいた 甘酢あんが 食欲をそそります。 ごまドレ 冷やっこ コールスローサラダ 中華スープ	デミソスDE ハンバーグ ハンバーグと相性抜群の 特製デミソスです。 たっぷりからめて お召上がり下さい。 *付け合わせ* ポテトフライ 茹でキャベツ コンソメスープ ライス
--	--	---	---	--	--	---

熱量 880 kcal 脂質 32.8 g 蛋白質 35.1 g 塩分 4.1 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 722 kcal 脂質 25.0 g 蛋白質 17.1 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 893 kcal 脂質 26.0 g 蛋白質 31.1 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品・カニ・エビ
 熱量 743 kcal 脂質 19.3 g 蛋白質 37.7 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品
 熱量 773 kcal 脂質 17.9 g 蛋白質 22.6 g 塩分 5.1 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品・エビ
 熱量 800 kcal 脂質 21.7 g 蛋白質 21.9 g 塩分 3.7 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品・エビ・カニ
 熱量 842 kcal 脂質 34.2 g 蛋白質 23.3 g 塩分 4.6 g 七大アレルゲン：卵・小麦・乳製品

☆今週のおすすめ☆

◎ 4月 28日 (金) 夕食

おいしいね♪けんぱー

ケチャップ味が懐かしい☆

いつも大好評の

人気メニューです!!

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)

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/i/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://ameblo.jp/tohjin1970/>

