

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday Sunday
 1/15 1/16 1/17 1/18 1/19 1/20 1/21

morning

☆今週のおすすめ☆

◎1月16日(火) 夕食

熟成ポークのソテー
 ~オニオンス~

旨味の多く柔らかい
 熟成肉と、風味の良い
 オニオンスが良く合います!

どうぞお楽しみに♪

あおさ入り いかステーキ 納豆 わかめサラダ 味噌汁 御飯	目玉焼き ロールキャベツ コールスロ-サラダ パン コヒ-・紅茶	白身魚のフライ えだまめ豆腐 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯	チーズオムレツ ポークウインナー 白菜サラダ 味噌汁 御飯	ちくわの磯辺揚げ ごぼうと糸こんにゃくの煮物 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯	ジャーマンポト マカロニのデミタス煮 コールスロ-サラダ パン コヒ-・紅茶	厚揚げ焼き 切り干し大根の煮物 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯
--	--	---	---	---	--	--

熱量 367 kcal 脂質 4.0 g 蛋白質 15.2 g 塩分 2.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 388 kcal 脂質 13.1 g 蛋白質 17.2 g 塩分 3.3 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 447 kcal 脂質 9.5 g 蛋白質 13.6 g 塩分 2.4 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 450 kcal 脂質 14.1 g 蛋白質 14.5 g 塩分 2.7 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 509 kcal 脂質 9.7 g 蛋白質 14.7 g 塩分 3.8 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 483 kcal 脂質 13.3 g 蛋白質 14.7 g 塩分 3.7 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 445 kcal 脂質 9.2 g 蛋白質 14.2 g 塩分 2.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品

dinner

☆今週の新メニュー☆

◎1月17日(水) 夕食

NEW あったかつけ麺

冬にぴったりの
 あったかスープの
 つけ麺をご用意
 いたしました!!

ほっこりクリームシチュー 寒い夜はシチュー で温まりましょう♪ 栗かぼちゃコック *付け合わせ* コールスロ-サラダ フルーツ ライス	☆おすすめ☆ 熟成ポークのソテー ~オニオンス~ 旨味の多く柔らかい 熟成肉と、風味の良い オニオンスが良く合います! *付け合わせ* ポテリタ フレッシュ野菜サラダ コンソメスープ ライス	NEW あったかつけ麺 冬にぴったりの あったかスープの つけ麺をご用意 いたしました!! 揚げシューマイ *付け合わせ* フレッシュ野菜サラダ 御飯	豚肉と野菜の 香味炒め 特製の香味料で味わう 野菜たっぷりの 炒め物です。 あったか豆腐 フレッシュ野菜サラダ おすまし 御飯	ふわふわ親子丼 ジューシーな鶏肉と 玉葱の甘味を ふくら卵で とじました。 だしが香る親子丼です。 昔ながらの 味噌田楽 フレッシュ野菜サラダ おすまし	やみつき! マーボ-豆腐 テンメツヤでコクと 深みを出しました。 白い御飯がすすみます!! 具がたっぷり 春巻き *付け合わせ* タサダマ 中華スープ 御飯	豚肉と野菜の 中華旨煮 野菜の旨味を たっぷり味わえます。 アジフライ *付け合わせ* コールスロ-サラダ 中華スープ 御飯
--	---	--	---	---	--	--

熱量 831 kcal 脂質 30.8 g 蛋白質 23.5 g 塩分 4.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 670 kcal 脂質 21.3 g 蛋白質 27.8 g 塩分 2.9 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 667 kcal 脂質 19.1 g 蛋白質 19.7 g 塩分 3.5 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 674 kcal 脂質 24.6 g 蛋白質 23.2 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 888 kcal 脂質 18.0 g 蛋白質 31.4 g 塩分 5.0 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品
 熱量 685 kcal 脂質 26.2 g 蛋白質 21.6 g 塩分 2.6 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ
 熱量 562 kcal 脂質 16.1 g 蛋白質 18.2 g 塩分 2.7 g 七大アレルゲン: 卵・小麦・乳製品・エビ



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する調味料 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、夕食がご覧頂けます。 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://ameblo.jp/tohjin1970/>

東仁給食センター 2018.1.9
 書類保管期間 2018.2.4迄