

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday Sunday  
 2/26 2/27 2/28 3/1 3/2 3/3 3/4

morning

☆季節の特別メニュー☆

◎ 3月3日 (土) 夕食

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♪

骨なしフライドチキ なめらか玉子豆腐 彩り茹でキャベツ 味噌汁 御飯	バコンポト プレーンオムツ コールスロ-サラダ ジュア パソ コヒー-紅茶	さんまの甘露煮 バコンと野菜のソテー ミニ海藻サラダ 味噌汁 御飯	おまかせメニュー ポークウインナー コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯	目玉焼き 鶏肉と野菜のうま煮 コールスロ-サラダ 味噌汁 御飯	ポトの マネズミ焼き ~ブランチパッパ-がけ~ 白菜のクリーム煮 コールスロ-サラダ パソ コヒー-紅茶	プチ豚 お好み焼き 里芋の味噌だれがけ コールスロ-サラダ おすまし 御飯
--	--	---	--	---	--	--

熱量 715 kcal 脂質 27.1 g 蛋白質 26.9 g 塩分 4.5 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 509 kcal 脂質 15.8 g 蛋白質 22.5 g 塩分 2.3 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 504 kcal 脂質 16.1 g 蛋白質 20.1 g 塩分 5.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 522 kcal 脂質 22.4 g 蛋白質 14.1 g 塩分 2.6 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 481 kcal 脂質 13.0 g 蛋白質 18.8 g 塩分 2.9 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品・エビ  
 熱量 517 kcal 脂質 27.2 g 蛋白質 43.6 g 塩分 3.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 412 kcal 脂質 2.1 g 蛋白質 9.2 g 塩分 3.1 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品

dinner

☆リクエストメニュー☆

◎ 3月1日 (木) 夕食

鶏肉の味噌だれ焼き

☆今週のおすすめ☆

◎ 2月28日 (水) 夕食

満腹☆キマカレー

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。 蒸しシューマイ *付け合わせ* コールスロ-サラダ 中華ス-ポ 御飯	おかめうどん かまぼこや花麩など、様々な具材が彩りよくのったうどんです。 おまかせフライ *付け合わせ* コールスロ-サラダ フルーツ 御飯	☆おすすめ☆ 満腹☆キマカレー 挽肉から出た旨味でコのある味わいに。程よく効いたスパイスが後を引きまします。 シーザ-サラダ みかんゼリー コンソメス-ポ 御飯	☆リクエストメニュー☆ 鶏肉の味噌だれ焼き 鶏肉を特製の味噌だれに漬け込み、香ばしくジューシーに焼き上げました。 *付け合わせ* ポテトフライ フレッシュ野菜サラダ おすまし 御飯	やみつぎ! マボ-豆腐 テンメツツでコと深みを出しました。白い御飯がすすみます!! アジフライ *付け合わせ* コールスロ-サラダ 中華ス-ポ 御飯	☆季節の特別メニュー☆ 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 *付け合わせ* コールスロ-サラダ いちご杏仁 菜の花のお吸い物 雑あられ(女子館のみ) 御飯	ミックスフライ メンチカツと稚子カツ 野菜コウカの、"サクガ"の3種盛りです。 *付け合わせ* コールスロ-サラダ コンソメ入り薩摩揚げの煮物 味噌汁 御飯
--	--	--	---	---	--	---

熱量 627 kcal 脂質 19.5 g 蛋白質 21.3 g 塩分 3.4 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品・エビ  
 熱量 472 kcal 脂質 7.5 g 蛋白質 16.0 g 塩分 5.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 957 kcal 脂質 28.4 g 蛋白質 22.1 g 塩分 5.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 1099 kcal 脂質 50.7 g 蛋白質 47.6 g 塩分 5.0 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 621 kcal 脂質 19.9 g 蛋白質 25.7 g 塩分 2.8 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品・エビ  
 熱量 1208 kcal 脂質 39.1 g 蛋白質 58.6 g 塩分 4.2 g 七大アレルギー: 卵・小麦乳製品  
 熱量 765 kcal 脂質 26.7 g 蛋白質 22.4 g 塩分 4.8 g 七大アレルギー: 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2015」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/>