

# 12 MENU

☆今月の特別メニュー☆

- ・12月11日(水)にクリスマスイベントとして、特別メニューをご用意します。
- ・12月21日(土)は冬至です。
- ・12月25日(水)クリスマス当日はお楽しみメニューをご用意します。

※市場の都合によりメニューを変更する場合があります。  
※すべての献立に、ご飯・パン・味噌汁・スープのいずれかが付きます。



東仁学生会館は食物アレルギー患者の健康被害を防止するため「食品表示基準」における特定原材料の表示を行っています。

アレルギー表示



※アレルギーをお持ちの方はご確認の上、お召し上がりください。

# TOKYO DORMITORY

東仁学生会館 since1970

1	Sun				
2	Mon		・海苔巻きチキン ・里芋の味噌だれがけ ・茹でキャベツ		・葱香る油淋鶏 ～東仁学生会館オリジナル油淋鶏ソース～ ・五目巾着の煮物 ・彩りサラダ ・漬け物
3	Tue		・きくらげ天 ・きんぴらごぼう ・温野菜		・鯖の塩焼き～大根おろし添え～ ・冷奴～生姜味噌のせ～ ・フレッシュ野菜サラダ ・隠元のピーナッツ和え
4	Wed		・こだわり卵のスクランブルエッグ ・焼きベーコン ・レタスサラダ		・山菜うどん ・天麩羅 ・キャベツと油揚げのお浸し ・ぶちもっちーな
5	Thu		・揚げたて薩摩揚げ ・豚肉と根菜の五目煮 ・グリーンサラダ		・鶏モモ肉の味噌だれ焼き ・じゃがいものガーリックソテー ・フレッシュ野菜サラダ ・ブロッコリーのタルタル和え
6	Fri		・大判肉包蒸し ・揚げ茄子の煮浸し ・レタスサラダ		・豚肉のXO醤炒め ・信田巻きの煮物 ・キャベツとパプリカのサラダ ・ビビンバもやし
7	Sat		・こだわり卵の目玉焼き ・ハッシュドポテト ・グリーンサラダ		・ハヤシライス ・マカロニサラダ ・コーヒーゼリー
8	Sun				
9	Mon		・焼き魚 ・野菜肉巻き ・キャベツのゆかり和え		・鶏ハラミの炭火焼き丼 ・野菜揚げボールの煮物 ・ほうれん草ともやしのお浸し ・漬け物
10	Tue		・もちり子チミ ・ツナと根菜の煮物 ・小松菜の和え物		・豚キムチ ・冷奴 ・フレッシュ野菜サラダ ・中華胡麻団子
11	Wed		・ハムポテトサラダフライ ・ポークウインナー ・レタスサラダ		Christmas Party ・クリスマスパーティー特別メニュー
12	Thu		・海鮮焼売 ・蓮根のきんぴら ・隠元のピーナッツ和え		・貝がたっぷり中華丼 ・棒餃子 ・彩りサラダ ・ブチ肉まん
13	Fri		・こだわり卵の目玉焼き ・チキンナゲット ・グリーンサラダ		・名古屋風味噌カツ ・大根のとろとろ餡煮 ・山盛りキャベツ ・いちご杏仁
14	Sat		・貝だくさんクリームスープ ・ヤクルト		・チキンライス ・フレッシュハムサラダ ・フルーツゼリー
15	Sun				

16	Mon		・オムレツ ・根菜の味噌煮 ・茹でキャベツ		・ミックスカツフライ ・コーンサラダ ・ナポリタン ・ポテトサラダ
17	Tue		・和風ハンバーグ ・ヤンニョムポテト ・小松菜の和え物		・鯖の味噌煮～特選味噌ダレ～ ・吉野煮 ・フレッシュ野菜サラダ ・ミニたい焼き
18	Wed		・こだわり卵のスクランブルエッグ ・焼きベーコン ・レタスサラダ		・海老の旨味たっぷりトマトクリームパスタ ・カレーコロッケ ・彩りサラダ ・キャロット・ラベ
19	Thu		・しょうが天 ・鶏肉と大根の煮物 ・グリーンサラダ		・豚バラ味噌炒め ・三種の根菜つみれの煮物 ・彩りサラダ ・玉葱とハムのマリネ
20	Fri		・絹厚揚げ焼き ・鹿尾菜の煮物 ・レタスサラダ		・ダシ滲みるジューシーきつねうどん ・竹輪の天麩羅 ・枝豆ともやしのお浸し ・漬け物
21	Sat		・こだわり卵の目玉焼き ・ハムステーキ ・グリーンサラダ		季節の特別メニュー ・ほっこりクリームシチュー ・たっぷりコーンフライ ・かぼちゃサラダ ・ヨーグルト
22	Sun				
23	Mon		・チキンナゲット ・チーズ入り棒つくね ・温野菜		・明太子スパゲッティ ・サクッと揚げた海老カツフライ ・彩りサラダ ・ブチ☆シュー
24	Tue		・海苔巻きチキン ・昔風里芋の煮物 ・小松菜の和え物		・グリルドハンバーグ ～特選ガーリックオニオンソース～ ・チーズサラダ ・ナポリタン ・ポテトフライ
25	Wed		・オムレツ ・焼きベーコン ・グリーンサラダ		季節の特別メニュー ・クリスマスプレート ・シーザーサラダ ・温野菜 ・お楽しみデザート
26	Thu		・ポークウインナー ・コーンたっぷりさつま揚げ ・レタスサラダ		・ふわふわ親子丼 ・おでん風煮物 ・フレッシュ野菜サラダ ・たこ焼き
27	Fri		・干草卵焼き ・根菜の旨塩だし煮 ・グリーンサラダ		・豚肉の焼肉風ソテー～韓国風～ ・大根のコンソメバター煮 ・山盛りキャベツ ・白菜キムチ
28	Sat		・貝だくさんコンソメスープ ・フルーツみかん		・満腹☆キーマカレー ・フレッシュ野菜サラダ ・プリン
29	Sun				
30	Mon				
31	Tue				

当日の夕食写真はInstagramにてご覧いただけます。

