



あけましておめでとうございます。

皆様が元気で過ごせますように、今年も美味しく安心・安全でより健康的な食事を提供して参ります。

※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



※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。



1	Wed		
2	Thu		
3	Fri		
4	Sat		
5	Sun		
6	Mon	<ul style="list-style-type: none"> ・干草卵焼き ・ポークウインナー ・温野菜 	<ul style="list-style-type: none"> ・デミソースDEハンバーグ ・つぶつぶコーンサラダ ・パスタソテー ・ポテトフライ
7	Tue	<p>季節の特別メニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もちもちチヂミ ・きんぴらごぼう ・隠元のピーナッツ和え ・七草粥 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉の葱塩丼 ・あったか豆腐～胡麻ダレ～ ・フレッシュ野菜サラダ ・蓮根とツナのマスタードソース和え
8	Wed	<ul style="list-style-type: none"> ・オムレツ ・焼きベーコン ・グリーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・鯖の塩焼き～大根おろし添え～ ・鶏ごぼういなのり煮物 ・小松菜ともやしのお浸し ・漬け物
9	Thu	<ul style="list-style-type: none"> ・絹厚揚げ焼き ・鹿尾菜の煮物 ・レタスサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・照り焼きチキン ・ツナサラダ ・ほうれん草とコーンのソテー ・ポテトサラダ
10	Fri	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜肉巻き ・昔風里芋の煮物 ・グリーンサラダ 	<p>季節の特別メニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・カウどん ・エビ入り野菜かき揚げ ・キャベツと油揚げのお浸し ・いちご杏仁 ・赤飯
11	Sat	<ul style="list-style-type: none"> ・こだわり卵の目玉焼き ・ハッシュドポテト ・レタスサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンライス ・フレッシュハムサラダ ・プリン
12	Sun		
13	Mon		
14	Tue	<ul style="list-style-type: none"> ・オムレツ ・肉団子 ～甘辛餡～ ・小松菜の和え物 	<ul style="list-style-type: none"> ・タルタルチキン南蛮 ・五目巾着の煮物 ・彩りサラダ ・ポテトフライ
15	Wed	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・スパゲティペペロンチーノ ・厚切りハムカツ ・フレッシュ野菜サラダ ・ぶちもっちな

16	Thu	<ul style="list-style-type: none"> ・海鮮焼売 ・揚げ茄子の煮浸し ・グリーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・若鶏のジューシー唐揚げ ・おでん風煮物 ・彩りサラダ ・ブロッコリーのイタリアンマリネ
17	Fri	<ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻きチキン ・薩摩揚げと大根の煮物 ・レタスサラダ 	<p>頑張り受験生! 必勝折衷メニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・勝! 丼(卵としろースカツ丼) ・あったか豆腐 ・チーズサラダ ・おまかせデザート
18	Sat	<ul style="list-style-type: none"> ・キャベツたっぷり☆ミネストローネ ・ヤクルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・カレーピラフ ・お任せコロッケ ・フレッシュ野菜サラダ
19	Sun		
20	Mon	<ul style="list-style-type: none"> ・豆腐ハンバーグ ・根菜の味噌煮 ・茹でキャベツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・グリルドハンバーグ～トマトソース～ ・ツナサラダ ・パスタソテー ・ポテトフライ
21	Tue	<ul style="list-style-type: none"> ・プチ豚お好み焼き ・ヤンニョムポテト ・小松菜の和え物 	<ul style="list-style-type: none"> ・長崎風ちゃんぽん ・大判肉の包み揚げ ・彩りサラダ ・蓮根のきんぴら
22	Wed	<ul style="list-style-type: none"> ・オムレツ ・チキンナゲット ・グリーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークジンジャー ・昔ながらの味噌田楽～蒟蒻～ ・山盛りキャベツ ・中華胡麻団子
23	Thu	<ul style="list-style-type: none"> ・チーズ入り棒つくね ・竹輪と大根の煮物 ・ブロッコリーのタルタル和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・やみつき! マーボー豆腐 ・棒餃子 ・彩りサラダ ・マンゴープリン
24	Fri	<ul style="list-style-type: none"> ・こだわり卵の目玉焼き ・焼きベーコン ・グリーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚たま丼 ・野菜揚げボールの旨塩煮 ・フレッシュ野菜サラダ ・切り干し大根のカニかま和え
25	Sat	<ul style="list-style-type: none"> ・貝たくさんクリームスープ ・フルーツみかん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・マカロニサラダ ・フルーツゼリー
26	Sun		
27	Mon	<ul style="list-style-type: none"> ・焼き魚 ・シャキッと甘辛肉団子 ・茹でキャベツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・炭火焼き鶏丼 ・三種の根菜つみれの煮物 ・ほうれん草ともやしのお浸し ・ミニたい焼き
28	Tue	<ul style="list-style-type: none"> ・和風ハンバーグ ・馬鈴薯の味噌和え ・小松菜のピーナッツ和え 	<ul style="list-style-type: none"> ・まろやか酸辣湯麺 ・春巻き ・彩りサラダ ・プチ肉まん
29	Wed	<ul style="list-style-type: none"> ・こだわり卵のスクランブルエッグ ・ロールキャベツ ・レタスサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉の炭香炒め ・信田巻きの煮物 ・フレッシュ野菜サラダ ・玉葱とハムのマリネ
30	Thu	<ul style="list-style-type: none"> ・蒸し焼売 ・ツナと根菜の煮物 ・グリーンサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・クリーミーチキンドリア ・メンチカツ ・彩りサラダ ・ヨーグルト
31	Fri	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜コロッケ ・豚肉と大根の煮物 ・枝豆ともやしのお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> ・甘辛ダレのブルコギ丼 ・あったか豆腐 ・フレッシュ野菜サラダ ・白菜キムチ

当日の夕食写真はInstagramにてご覧いただけます。



tohjin_dormitory

