



☆季節の特別メニュー☆
10月6日(月)夕食時に「十五夜メニュー」
10月31日(金)夕食時に「ハロウィンメニュー」を
提供いたします。

※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。



※アレルギーをお持ちの方はご確認の上、お召し上がください。



1	Wed	・オムレツ ・ポークウインナー ・レタスサラダ ・牛乳/カフェオレ ・惣菜パン	・若鶏の唐揚げ ～ヤンニョム風味～ ・大根とベーコンの洋風煮 ・フレッシュ野菜サラダ ・ヨーグルト
2	Thu	・豆乳入りさつま揚げ ・スープ春雨 ・グリーンサラダ	・豚肉の炭香炒め ・信田巻きの煮物 ・大根サラダ ・漬け物
3	Fri	・絹厚揚げ焼き ・ひじきの煮物 ・チンゲン菜ともやしのお浸し	・照り焼きチキン ・じゃがいものガーリックソテー ・フレッシュ野菜サラダ ・もやしのゆかり和え
4	Sat	・具だくさんコンソメスープ ・ヤクルト	・ハヤシライス ・カレーメンチカツ ・彩りサラダ
5	Sun		
6	Mon	・焼き魚 ・しゃきつと甘辛肉団子 ・茹でキャベツ ・卵	十五夜メニュー ・月見うどん ・エビ入り野菜かき揚げ ・ほうれん草ともやしのお浸し ・みたらし団子
7	Tue	・大判肉包蒸し ・きんぴらごぼう ・青菜の和え物	・鯖の塩焼き ～大根おろし添え～ ・昔ながらの味噌田楽 ～蒟蒻～ ・フレッシュ野菜サラダ ・焼き芋
8	Wed	・ウインナーポテトフライ ・ロールキャベツ ・グリーンサラダ ・ヨーグルト	・ボルチー二香るきのこのクリームパスタ ・ハムカツ ・キャベツとパプリカのサラダ ・とろとろピーチ
9	Thu	・豆腐ハンバーグ ・ベーコンとインゲンのソテー ・ほうれん草ともやしの磯和え	・ミートソースドリア ～とろとろチーズのせ～ ・鱈のフライ ・彩りサラダ ・プチ☆シュー
10	Fri	・しょうが天 ・厚揚げのさっと煮 ・ブロッコリーのピーナッツ和え	・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 ・もやしとソーセージの辛子醤油和え
11	Sat	・こだわり卵の目玉焼き ・鶏むね唐揚げ ・レタスサラダ ・バナナ	・肉団子のスープ煮 ・揚げ餃子 ・彩りサラダ
12	Sun		
13	Mon		
14	Tue	・海鮮焼売 ・大根のとろとろ餡煮 ・青菜の和え物	・グリルドハンバーグ ～特選オニオンソース～ ・ツナサラダ ・パスタソテー ・ポテトフライ
15	Wed	・ハムポテトサラダフライ ・根菜の味噌煮 ・キャベツのゆかり和え	・長崎風ちゃんぽん ・チキンカツ ・彩りサラダ ・白菜キムチ

16	Thu	・豆乳入りさつま揚げ ・ひじきの煮物 ・レタスサラダ	・ポークジンジャー ・三種の根菜つみれの煮物 ・山盛りキャベツ ・杏仁豆腐
17	Fri	・鶏ムネ肉の甘辛たれ ・じゃがいもの味噌和え ・枝豆ともやしのお浸し	・やみつき！マーボー豆腐 ・点心 ～春巻き～ ・彩りサラダ ・ぶちもっちな
18	Sat	・具だくさんクリームスープ ・フルーツみかん ・グリーンサラダ ・牛乳/カフェオレ	・満腹☆キーマカレー ・マカロニサラダ ・コーヒーゼリー
19	Sun		
20	Mon	・焼き魚 ・ちくわと根菜の五目煮 ・温野菜 ・卵	・たぬきうどん ・鰻フライ ・彩りサラダ ・漬け物
21	Tue	・肉詰めいなり ・ヤンニョムポテト ・小松菜の和え物	・エビコロセット ・揚げ茄子ガーリック風味 ・山盛りキャベツ ・フルーツ
22	Wed	・こだわり卵のスクランブルエッグ ・MINIチーズINハンバーグ ・レタスサラダ	・豚バラ味噌炒め ・冷や奴～ネギポン豆腐～ ・フレッシュ野菜サラダ ・プリン
23	Thu	・野菜肉巻き ・さつま揚げと根菜の味噌煮 ・ブロッコリーのタルタル和え	・ロースとんかつ ・鶏ごぼういなの煮物 ・彩りサラダ ・ささみとオクラのさっぱり梅和え
24	Fri	・チーズ入り棒つくね ・大根のコンソメバター煮 ・インゲンの胡麻和え	・具がたっぷり中華丼 ・ちくわと人参の中華風春雨サラダ ・たこ焼き ・フルーツゼリー
25	Sat	・ハッシュドポテト ・ハムステーキ ・レタスサラダ ・ヨーグルト	・ほっこりクリームシチュー ・ささみフライ ・フレッシュ野菜サラダ
26	Sun		
27	Mon	・和風ハンバーグ ・昔風里芋の煮物 ・小松菜のピーナッツ和え	・天丼 ・おでん風煮物 ・コーンサラダ ・ミニたい焼き
28	Tue	・プチ月お好み焼き ・ツナと根菜の煮物 ・ポテトサラダ	・葱香るユーリンチー ～東仁学生会館オリジナル油淋鶏ソース～ ・野菜揚げボールの煮物 ・フレッシュ野菜サラダ ・ザーサイともやしの和え物
29	Wed	・オムレツ ・ジャーマンポテト ・グリーンサラダ ・牛乳/カフェオレ	・ポークのソテー ～具たっぷりソース焼き肉風～ ・カリフラワーの炒め煮 ～カレー風味～ ・キャベツとパプリカのサラダ ・いちご杏仁
30	Thu	・薩摩揚げ ・切り干し大根の煮物 ・チンゲン菜ともやしのお浸し	・まるやかサンラータン麺 ・点心 ～蒸し焼売～ ・フレッシュ野菜サラダ ・中華胡麻団子
31	Fri	・もっちりチヂミ ・ちくわと大根の煮物 ・キムチもやし	ハロウィンメニュー ・茄子のミートソースグラタン ・たっぷりコーンフライ ・かぼちゃサラダ ・コーヒーゼリー

当日の夕食写真はInstagramにてご覧いただけます。



tohjin_dormitory

