



☆今月の行事食☆

★2月3日(火)は節分です。
夕食に「節分豆」をご用意します。

★2月14日(土)はバレンタインデーです。
夕食に「お楽しみデザート」をご用意いたします。

※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。

常に気をつける



小麦



乳



卵



かに



落花生



えび



そば



くるみ

※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。

宗教戒律上「食べてはいけないもの」
のある方々への対応として
「牛マーク」を掲示します。



牛肉

TOKYO
DORMITORY
東仁学生会館 since1970

1	Sun		
2	Mon	・焼き魚 ・肉団子 ～甘辛餡～ ・ゆでキャベツ ・生卵	・鶏ハラムの炭火焼き丼 ・おでん風煮物 ・ほうれん草ともやしのお浸し ・プリン 第2位
3	Tue	・豆腐ハンバーグ ・味噌けんちん煮物 ・小松菜のピーナッツ和え	・担々麺 ・鱈のフライ ・彩りサラダ ・節分豆 季節の特別メニュー 福
4	Wed	・オムレツ ・ジャーマンポテト ・グリーンサラダ ・牛乳	・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～ ・冷や奴～こりこり搾菜～ ・フレッシュ野菜サラダ ・ぶちもっちゃん 第1位
5	Thu	・さつま揚げ ・ベーコンと隠元のソテー ・レタスサラダ ・納豆	・ロースとんかつ ・野菜揚げボールの煮物 ・キャベツとパプリカのサラダ ・ささみとオクラのさっぱり梅和
6	Fri	・ブチ子お好み焼き ・薩摩揚げと大根の煮物 ・チンゲンサイの香味和え	・豚肉と5種野菜の中華旨煮 ・点心 ～蒸し焼売～ ・彩りサラダ ・ブチ☆シュー
7	Sat	・こだわり卵の目玉焼き ・ハッシュドポテト ・レタスサラダ ・バナナ	・ハヤシライス ・マカロニサラダ ・ヨーグルト
8	Sun		
9	Mon	・和風ハンバーグ ・昔風里芋の煮物 ・スパゲティーサラダ	・ダシ滲みるジューシーきつねうどん ・エビ入り野菜かき揚げ ・ザーサイともやしの和え物 ・ミニたい焼き
10	Tue	・しょうが天 ・ヤンニョムポテト ・グリーンサラダ	・ミートソースドリア～とろとろチーズのせ～ ・ささみフライ ・彩りサラダ ・とろとろピーチ 第3位
11	Wed		
12	Thu	・鶏ムネ肉の甘辛たれ ・大根のとろとろ餡煮 ・茹でキャベツ ・納豆	・天丼 ・おでん ・ツナサラダ ・漬け物
13	Fri	・海鮮焼売 ・根菜の煮物 ・枝豆ともやしのお浸し	・ディアボロチキン ・フレッシュ野菜サラダ ・ほうれん草とコーンのソテー ・ポテトサラダ 第1位 季節の特別メニュー
14	Sat	・貝だくさんクリームスープ ・フルーツみかん ・ヨーグルト	・ボークカレー ・たっぷりコーンフライ ・彩りサラダ ・お楽しみデザート 第2位
15	Sun		
16	Mon	・焼き魚 ・きんぴらごぼう ・キャベツのゆかり和え ・生卵	・炭火焼き鶏丼 ・鶏ごぼういなの煮物 ・ほうれん草ともやしのお浸し ・漬け物
17	Tue	・もっちりチヂミ ・じゃがいもの味噌和え ・小松菜のピーナッツ和え	・スパゲティーカルボナーラ ・ハムカツ ・彩りサラダ ・フルーツゼリー
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 ・牛乳 ・コッペパン	・豚バラ味噌炒め ・湯奴～ネギボン豆腐～ ・フレッシュ野菜サラダ ・ブチ肉まん 第2位
19	Thu	・チーズ入り棒つくね ・薩摩揚げと野菜の炒め物 ・インゲンの胡麻和え ・納豆	・ふわふわ親子丼 ・大根の中華旨煮 ・オニオンサラダ ・白菜キムチ
20	Fri	・大葉巻きハンバーグ ・揚げ茄子の煮浸し ・菜の花の香味和え	・熟成ボークのソテー～特選ハニーマスタードソース～ ・カリフラワーの炒め煮～カレー風味～ ・フレッシュ野菜サラダ ・いちご杏仁
21	Sat	・貝だくさんコンソメスープ ・ハムステーキ ・グリーンサラダ	・あんかけ焼きそば ・点心 ～春巻き～ ・彩りサラダ
22	Sun		
23	Mon		
24	Tue	・海苔巻きチキン ・大根のとろとろ餡煮 ・温野菜	・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
25	Wed	・オムレツ ・ロールキャベツ ・ブロッコリーのタルタル和え	・まるやかサンラータン麺 ・点心 ～蒸し焼売～ ・キャベツとパプリカのサラダ ・水まんじゅう
26	Thu	・豆乳入りさつま揚げ ・鹿尾菜の煮物 ・レタスサラダ ・納豆	・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 ・抹茶水ようかん
27	Fri	・野菜肉巻き ・根菜の旨塩だし煮 ・グリーンサラダ	・タコライス ・じゃがいものガーリックきんぴら ・プリン 第2位
28	Sat	・こだわり卵の目玉焼き ・チキンナゲット ・レタスサラダ ・ヨーグルト	・ほっこりクリームシチュー ・メンチカツ ・グリーンサラダ ・コーヒゼリー

当日の夕食写真はInstagramにてご覧いただけます。



tohjin_dormitory

