

レギュラーメニュー

エネルギー/たんぱく質/食塩相当量	
ざるそば/うどん	420円
そば 317kcal/12.3g/4.3g うどん 321kcal/8.4g/4.6g	
かけそば/うどん	400円
そば 316kcal/12.0g/4.4g うどん 322kcal/8.6g/4.7g	
かき揚げそば/うどん	470円
そば 447kcal/13.0g/4.7g うどん 453kcal/9.6g/4.7g	
きつねそば/うどん	470円
そば 370kcal/18.9g/4.8g うどん 376kcal/18.9g/4.8g	
とり天そば/うどん	470円
そば 382kcal/16.4g/4.8g うどん 388kcal/13.0g/5.0g	
醤油ラーメン	500円
398kcal/17.7g/6.3g	

エネルギー/たんぱく質/食塩相当量	
満菜カレー	540円
ごはん大盛	620円
563kcal/13.8g/2.4g	
カツカレー	680円
ごはん大盛	760円
774kcal/27.7g/3.6g	
ミニカレー	330円
ミニどんぶり	370円
※ミニどんぶりには味噌汁は付ません。	

目黒区役所食堂名物！
ブラックカレー
(エビフライ & 小鉢付き)
¥980

日替りメニュー

	Aヘルシーランチ (小鉢・味噌汁付)	740円	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量	Bランチ (小鉢・味噌汁付)	740円	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
9月	豚肉のすき煮風	688kcal	23.5g	2.5g		北海道ホッケフライ	713kcal	18.7g	2.5g	
10火	チンジャオロース	692kcal	25.1g	2.8g		油淋鶏	743kcal	26.7g	3.9g	
11水	建国記念日					建国記念日				
12木	スタミナ豚味噌炒め	680kcal	27.9g	4.2g		ささみチーズカツ	610kcal	30.6g	2.5g	
13金	ホッケの塩焼き	552kcal	26g	3.2g		エビフライ & カニクリームコロッケ	725kcal	21.1g	2.5g	

*A・B・C・弁当の栄養価はご飯210g(普通盛り)とお味噌汁を含んでおります。 *仕入れの都合によりメニューが変更になる場合がございます。

*当食堂では、お持ち帰りはご遠慮いただいております。食堂内にてご飲食いただきますようお願いいたします。

*ご購入いただきました食券は、当日に限り有効です。

*目黒区職員互助会会員様は、食堂ご利用の際は必ず職員証を見る位置に身につけてください。

週間メニュー

週間麺	590円	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
とんこつラーメン	711kcal	21.1g	6.6g	
どんぶり(味噌汁付)	640円	726kcal	28.6g	2.9g
ごはん大盛	710円	kcal	g	g
かきたまカツ丼				
TFTベジメニュー	690円			
食べきり！キーマカレー		目黒区民の方からいただいた アイディアを参考にしました！		
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付き)	670円	615kcal	16.8g	3.1g
肉じゃが				

A・B・Cはご飯大盛無料です！
十五穀米か白米をお選びいただけます。

営業時間

11:00～14:00

お得なセットとその他のメニュー

60円お得！醤油ラーメンミニカレーセット	770円
50円お得！うどん/そばミニ丼セット	720円
麺大盛	110円
かきあげ・きつね・とり天の単品追加	110円
カレールーの追加	140円
ソフトドリンク各種	140円
ジャンボサラダ	290円
ミニサラダ	160円
ご飯単品	180円
味噌汁単品	100円
おにぎり	190円
小鉢単品	140円



*小鉢の栄養価は含んでおりません

弁当ランチ(味噌汁付)	690円	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
チキンカツ&メンチカツ	738kcal	26g	3.3g	
鰯の西京焼き	621kcal	28.3g	3.6g	
建国記念日				
サバの塩焼き	611kcal	23g	4.4g	
サーモンフライ	674kcal	25.8g	2.8g	

*表示価格は全て消費税込みです。