

営業時間
11:00~14:00

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きません。	

週間メニュー

	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
週間麺 590円	711 kcal	21.1 g	6.6 g
とんこつラーメン			
どんぶり(味噌汁付) 640円 ごはん大盛 710円	691 kcal	18.5 g	3.4 g
イカと野菜の天丼			
TFTベジメニュー 690円	615 kcal	26.1 g	3.5 g
鶏団子鍋			
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付) 670円	666 kcal	26.4 g	3.7 g
ガパオライス			

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

日替りメニュー

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



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。

*小鉢の栄養価は含んでおりません

	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
16月	鶏ひき肉と茄子の味噌炒め	560 kcal	17.1 g	3.2 g	ポークソテー ガーリックソース	647 kcal	25.9 g	3.9 g
17火	赤魚の西京焼き	600 kcal	26.5 g	3.6 g	ハムカツ& メンチカツ	818 kcal	30.1 g	3.2 g
18水	タンドリーチキン	574 kcal	31.9 g	4.2 g	鯖竜田&白身フライ	779 kcal	23.2 g	3.6 g
19木	豚ときくらげの 青菜炒め	648 kcal	29.2 g	2.6 g	ハンバーグ& から揚げ	780 kcal	38.1 g	4.3 g
20金	春分の日				春分の日			

	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
	揚げしゅうまい	732 kcal	21.4 g	3.4 g
	豚肉のピーマン炒め	644 kcal	23.1 g	5 g
	かわいいのゆうあん焼き	553 kcal	23.3 g	4.3 g
	サバの味噌煮	555 kcal	27.5 g	4.2 g
	春分の日			

*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える位置に身につけてください。

*表示価格は全て消費税込みです。