

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	567 kcal	23.2 g	4.3 g
鶏と茄子の南蛮そば			
どんぶり(味噌汁付) 640円 ごはん大盛 710円	637 kcal	25.2 g	2.3 g
ネギ塩豚丼			
TFTベジメニュー 690円	569 kcal	22.8 g	2.3 g
豚しゃぶ温野菜			
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付き) 670円	690 kcal	22.5 g	3.1 g
ハッシュドビーフ			

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
23月	サバの塩焼き	646 kcal	35.9 g	3.3 g	ささみチーズカツ	610 kcal	30.6 g	2.5 g
24火	麻婆茄子	600 kcal	19.8 g	4.1 g	アジ南蛮	647 kcal	29.2 g	4.5 g
25水	鶏肉の カシューナッツ炒め	680 kcal	26.4 g	2.3 g	柚子おろしとんかつ	802 kcal	29.6 g	3.5 g
26木	スタミナ豚味噌炒め	680 kcal	27.9 g	4.2 g	北海道ホッケフライ	713 kcal	18.7 g	2.5 g
27金	チンジャオロース	692 kcal	25.1 g	2.8 g	エビフライ& カニクリームコロッケ	725 kcal	21.1 g	2.5 g

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	738 kcal	26 g	3.3 g	
鯖の西京焼き	621 kcal	28.3 g	3.6 g	
デミバーグ	714 kcal	22.6 g	3.4 g	
サバの照り焼き	641 kcal	19.1 g	3.2 g	
サーモンフライ	674 kcal	25.8 g	2.8 g	

*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。