

(期間:5/11~5/22)



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。	

目黒区役所食堂名物!  
さんま天丼 (味噌汁付き)  
¥980

今週は「大分中津風唐揚げ」です♪

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	659 kcal	18.7 g	4.3 g
ごはん大盛 710円			
おろしポン酢豚丼			
TFTベジメニュー 690円	604 kcal	15.27 g	8.4 g
明太サラダうどん			
フェアメニュー (小鉢・味噌汁付き) 860円	864 kcal	24.5 g	3.6 g
大分中津風唐揚げ			

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

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



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	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
18月	豚ナスキムチ	676 kcal	19.6 g	4.2 g	ささみチーズカツ	610 kcal	30.6 g	2.5 g	メンチカツ&ハムカツ	818 kcal	30.1 g	3.2 g
19火	チンジャオロース	692 kcal	25.1 g	2.7 g	豚焼肉&野菜コロッケ	703 kcal	24.3 g	3 g	デミバーグ	714 kcal	22.6 g	3.4 g
20水	豚ときくらの青菜炒め	648 kcal	29.2 g	2.6 g	ハムカツ&メンチカツ	818 kcal	30.2 g	3.2 g	肉団子野菜あんかけ	772 kcal	23.2 g	3.9 g
21木	麻婆豆腐	670 kcal	25.0 g	4.2 g	チキンカツラタトウイユソース	700 kcal	35.0 g	4 g	ポークジンジャー	650 kcal	24.1 g	4 g
22金	肉野菜炒め	676 kcal	16.7 g	2.9 g	ハンバーグ&豚肉野菜巻きフライ	703 kcal	24.3 g	3.0 g	サバの照り焼き	641 kcal	19.1 g	3.2 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。