

目黒区役所食堂週間メニュー

2025 年 7 月 21 日 ~ 7 月 25 日

レギュラーメニュー

エネルギー/食塩相当量	
ざるそば/うどん 420円	
そば 285kcal /3.0g うどん 284kcal /3.5g	
かけそば/うどん 400円	
そば 305kcal /5.9g うどん 304kcal /6.7g	
かき揚げそば/うどん 470円	
そば 459kcal /6.4g うどん 458kcal /7.2g	
きつねそば/うどん 470円	
そば 525kcal /8.2g うどん 524kcal /9.0g	
とり天そば/うどん 470円	
そば 462kcal /6.8g うどん 458kcal /7.2g	
醤油ラーメン 500円	
470 kcal / 7.0 g	

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	食塩 相当量
21 月	海の日		
22 火	豚ナスキムチ	613 kcal	3.1 g
23 水	鶏ネギみそ焼き	606 kcal	2.6 g
24 木	四川家常豆腐	578 kcal	2.9 g
25 金	ホッケの塩焼き	529 kcal	2.7 g

エネルギー/食塩相当量	
満菜カレー 540円	
ごはん大盛 620円	
704 kcal / 3.2 g	
カツカレー 680円	
ごはん大盛 760円	
1090 kcal / 4.4 g	
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！
ブラックカレー
(エビフライ & 小鉢付き)
¥980

涼麺フェア開催中！

週間メニュー

週間メニュー		エネ ルギー	食塩 相当量
週間麺 590円		620 kcal	4.6 g
冷やしトマト担々麺			
どんぶり(味噌汁付) 640円		730	4.0
ごはん大盛 710円			
ネギ塩豚丼		kcal	g
TFTベジメニュー 690円		560 kcal	3.2 g
ゴマだれサラダうどん ※大盛は ありません！			
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付) 670円		609 kcal	3.0 g
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。

Bランチ (小鉢・味噌汁付) 740円		エネ ルギー	食塩 相当量
21 月	海の日		
22 火	ハンバーグ & 豚肉野菜巻きフライ ☆NEW☆	771 kcal	3.3 g
23 水	タラのフリット & 野菜トマトソース	623 kcal	3.9 g
24 木	油淋鶏	743 kcal	3.8 g
25 金	豚焼肉 & 野菜コロッケ	724 kcal	3.1 g



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	食塩 相当量
21 月	海の日		
22 火	味付けとり天	654 kcal	3.2 g
23 水	デミバーグ	662 kcal	3.3 g
24 木	サバの照り焼き	604 kcal	2.8 g
25 金	肉団子野菜あんかけ	578 kcal	3.1 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。