

## 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した。	

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
23 月	天皇誕生日					天皇誕生日				
24 火	ホッケの塩焼き	552kcal	26g	3.2g		豚焼肉& 野菜コロッケ	703kcal	24.3g	3g	
25 水	鶏ネギ味噌焼き	640kcal	33.0g	3.3g		ハムカツ& メンチカツ	818kcal	30.2g	3.2g	
26 木	鰯のごま焼き	625kcal	22.8g	3.9g		油淋鶏	743kcal	26.7g	3.9g	
27 金	八宝菜	594kcal	19.7g	2.5g		ハンバーグ& 豚肉野菜巻きフライ	703kcal	24.3g	3.0g	

\*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
味噌ラーメン		621kcal	25.3g	6.8g
どんぶり(味噌汁付)	640円	609kcal	19.8g	4.2g
ごはん大盛	710円	kcal	g	g
豚ナス味噌丼		553kcal	23.3g	4.3g
TFTベジメニュー	690円			
豚みぞれ鍋		566kcal	20.2g	2.7g
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付き)	670円			
タコライス		kcal	g	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

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。

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
天皇誕生日				
デミバーグ	714kcal	22.6g	3.4g	
肉団子野菜あんかけ	772kcal	23.2g	3.9g	
ポークジンジャー	650kcal	24.1g	4g	
サバの照り焼き	641kcal	19.1g	3.2g	

\*表示価格は全て消費税込みです。