

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

フェアメニュー  
金沢風カレー 770円

※ご希望の方はフェアメニューをご購入ください。

※金沢フェア期間中

- ・満菜カレー
- ・カツカレー
- ・ミニカレー
- ・ラーメンセット
- ・カレールー追加

の販売はございません。  
予めご了承ください。

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	592 kcal	26.6 g	7.0 g
油そば			
どんぶり(味噌汁付) 640円	670 kcal	25 g	4.2 g
ごはん大盛 710円			
麻婆丼			
TFTベジメニュー 690円	654 kcal	19.3 g	2.7 g
豚しゃぶサラダ			
Cランチ (小鉢・味噌汁付き) 670円	681 kcal	19.0 g	2.7 g
スタミナキムチ炒め			

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・とり天・きつねの単品追加 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



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
6月	四川家常豆腐	661 kcal	21.6 g	3.7 g	白身フライ タルタルソース	823 kcal	22.2 g	2.6 g	アジフライ & 野菜コロッケ	758 kcal	24.9 g	4.3 g
7火	サワラの西京焼き	680 kcal	26.4 g	2.3 g	チキン南蛮	850 kcal	32.9 g	3.1 g	肉じゃが	516 kcal	13.3 g	2.3 g
8水	豚肉のすき煮風	613 kcal	25.2 g	3.6 g	メンチカツ & カニクリームコロッケ	785 kcal	21.2 g	3.1 g	鰯のごま焼き	609 kcal	21.5 g	3.2 g
9木	八宝菜	594 kcal	19.7 g	2.5 g	アジ南蛮	647 kcal	29.2 g	4.5 g	ホッケフライ	696 kcal	18 g	3.7 g
10金	サバの生姜煮	613 kcal	25.8 g	2.5 g	柚子おろしとんかつ	802 kcal	29.6 g	3.5 g	デミバーグ	714 kcal	22.6 g	3.4 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。