

レギュラーメニュー

冷やし麺販売中！

営業時間

11:00~14:00

週間メニュー

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！

ブラックカレー
(エビフライ&小鉢付き)

¥980

週間麺 590円

汁なし担々麺

どんぶり(味噌汁付) 640円
ごはん大盛 710円
鶏七味焼き丼

TFTベジメニュー 690円

ゴマだれサラダうどん

Cランチ
(小鉢・味噌汁付き) 670円
スタミナキムチ炒め

エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
655 kcal	36.9 g	3.7 g
673 kcal	33 g	2.5 g
566 kcal	12.68 g	7.4 g
681 kcal	19.0 g	2.7 g

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
17月	四川家常豆腐	661 kcal	21.6 g	3.7 g	エビフライ&カニクリームコロッケ	725 kcal	21.1 g	2.5 g	アジフライ&野菜コロッケ	758 kcal	24.9 g	4.3 g
18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
19水	豚肉のすき煮風	613 kcal	25.2 g	3.6 g	揚げ餃子 マールーあんかけ	690 kcal	18.4 g	3.1 g	鰯のごま焼き	609 kcal	21.5 g	3.2 g
20木	八宝菜	594 kcal	19.7 g	2.5 g	タラの南蛮漬け	606 kcal	24.8 g	3.2 g	ホッケフライ	696 kcal	18.0 g	3.7 g
21金	サバの味噌煮	576 kcal	18.0 g	3.2 g	ハムカツ&メンチカツ	818 kcal	30.1 g	3.2 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。