目黒区役所食堂週間メニュー

2026 年 10 月 19 日 ～ 10 月 23 日

カレーフェア2026 開催中！
(期間：10/5～10/23)

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

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	皿うどん	586 kcal	21.4 g	3.2 g
どんぶり（味噌汁付） 640円	ごはん大盛 710円 プルコギ丼	647 kcal	18 g	2.8 g
TFTベジメニュー 690円	温玉キムチチゲ	664 kcal	21.7 g	3 g
フェアメニュー（小鉢・味噌汁付き） 770円	BAR CAFE 三月の月 グリルチキンのせまろやかカレー	779 kcal	17.7 g	4.7 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・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

☆カレーフェア☆ 第3弾

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
19 月	豚肉のすき煮風	613 kcal	25.2 g	3.6 g	北海道ホッケフライ	713 kcal	18.7 g	2.5 g	チキンカツ＆メンチカツ	738 kcal	26 g	3.3 g
20 火	鶏ひき肉と茄子の味噌炒め	546 kcal	17.1 g	3.2 g	ポークソテー ガーリックソース	647 kcal	25.9 g	3.9 g	鰆の西京焼き	621 kcal	28.3 g	3.6 g
21 水	サバの塩焼き	647 kcal	21.8 g	3 g	鶏の唐揚げ	821 kcal	30.1 g	2.9 g	デミバーグ	714 kcal	22.6 g	3.4 g
22 木	鶏肉のカシューナッツ炒め	680 kcal	26.4 g	2.3 g	アジ南蛮	647 kcal	29.2 g	4.5 g	ロースカツ	767 kcal	23.3 g	3.7 g
23 金	サワラの西京焼き	680 kcal	26.4 g	2.3 g	柚子おろしとんかつ	802 kcal	29.6 g	3.5 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　＊表示価格は全て消費税込みです。

＊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。