

目黒区役所食堂週間メニュー

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



12/19(金) から揚げフェア開催♪
諭吉のからあげ監修
香ばし醤油から揚げ



2025年12月15日～12月19日

是非ご賞味
ください！

営業時間
11:00～14:00

	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

週間メニュー

	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
週間麺	590円 711 kcal	21.1 g	6.6 g
とんこつラーメン	691 kcal	18.5 g	3.4 g
どんぶり(味噌汁付)	640円 ごはん大盛 710円 774kcal/27.7g/3.6g	g	g
イカと野菜の天丼	615 kcal	26.1 g	3.5 g
TFTベジメニュー	690円 鶏団子鍋	666 kcal	26.4 g
週間Cランチ (小鉢・味噌汁付)	670円 ガパオライス	666 kcal	3.7 g



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。

日替りメニュー

	Aヘルシーランチ(小鉢・味噌汁付)			Bランチ(小鉢・味噌汁付)
	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量	
15 月	740円 560 kcal	17.1 g	3.2 g	白身フライ タルタルソース 823 kcal
16 火	740円 600 kcal	26.5 g	3.6 g	ハムカツ& メンチカツ 818 kcal
17 水	740円 574 kcal	31.9 g	4.2 g	アジ南蛮 647 kcal
18 木	740円 648 kcal	29.2 g	2.6 g	柚子おろしとんかつ 802 kcal
19 金	740円 596 kcal	26.7 g	3.5 g	諭吉のからあげ監修 香ばし醤油から揚げ から揚げ フェア 830 kcal

*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。

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SET	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

*小鉢の栄養価は含まれおりません

弁当ランチ(味噌汁付)	エネルギー	たんぱく質	食塩相当量
揚げしゅうまい	732 kcal	21.4 g	3.4 g
豚肉のピーマン炒め	644 kcal	23.1 g	5 g
かれいのゆうあん焼き	553 kcal	23.3 g	4.3 g
サバの味噌煮	555 kcal	27.5 g	4.2 g
鶏七味焼き	604 kcal	20.1 g	2.8 g

*表示価格は全て消費税込みです。