



Weekly Menu

第2本庁舎4階食堂

電話 03-5320-7516 内線 63-520

営業時間 11:00-14:00

		6/1	6/2	6/3	6/4	6/5
		Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
SOUTH SIDE (南側)	バスタ or 丼 ②③ PASTA /BOWL ③ ¥750 603kcal 23.0g 14.2g 98.8g 6.0g	五目中華丼 ③ ¥750 728kcal 22.1g 20.6g 116.1g 3.5g	海鮮と彩り野菜の ばらかき揚げ丼 ③ ¥750 543kcal 17.4g 23.1g 66.4g 5.9g	長崎皿うどん ③ ¥750 734kcal 23.7g 17.2g 119.9g 5.4g	たれヒレカツ丼 ③ ¥750 691kcal 27.3g 19.8g 107.1g 4.0g	トリュフ香る きのこのミートソース NEW ¥800 ②
	ランチA ④ LUNCH-A ¥750 829kcal 20.3g 30.7g 118.3g 4.2g	メンチカツ & 帆立コロッケ ¥750 682kcal 29.4g 26.6g 82.8g 3.6g	復興応援 メニュー 宮城県産 銀鮭の天然塩焼き ※豊洲市場でその時獲れた お魚をご提供いたします ¥800 534kcal 27.3g 14.6g 76.1g 2.6g	豚バラ肉野菜炒め ¥750 545kcal 16.2g 17.7g 84.0g 3.5g	サワラの 香草パン粉焼き ¥800 604kcal 26.8g 18.0g 87.3g 3.2g	
	ランチB ⑤ LUNCH-B ¥1,000 853kcal 24.5g 35.5g 111.3g 4.1g	ビーフ100%ハンバーグ デミグラスソース NEW ¥1,000 824kcal 24.1g 36.6g 98.4g 2.8g	アジフライ ¥850 940kcal 41.6g 43.9g 96.9g 4.3g	鶏もも肉の塩焼焼き & キーマコロッケ 本日の おすすめ ¥950 1008kcal 42.8g 51.9g 95.7g 4.7g	ロースとんかつ おろしポン酢 ¥900 674kcal 20.7g 20.7g 103.1g 4.3g	
ヘルシー ⑥ HEALTHY ¥800 616kcal 18.8g 14.1g 108.3g 4.6g	大豆ミートの ピビンバ風ベジボウル ⑥ ¥800 673kcal 24.2g 15.5g 113.8g 4.5g	長芋とろろの 甘辛生姜豚丼 脂 ¥800 693kcal 29.1g 23.6g 95.5g 4.0g	酢鶏 腸 NEW ¥800 484kcal 26.4g 7.7g 81.9g 3.3g	鰯のかば焼き レモンソース 疲・ス ¥800 704kcal 25.5g 32.6g 83.1g 2.3g	黒ごま麻婆豆腐 塩 ¥800	
カレー ⑦ CURRY ¥850 626kcal 14.8g 10.2g 121.9g 2.0g	日本の T'sレストランの ベジキーマカレー ¥850 611kcal 21.3g 13.3g 105.0g 2.5g	Asianグリーンカレー ¥690 775kcal 19.6g 20.4g 129.6g 5.0g	ヒレカツカレー ¥750 613kcal 19.2g 9.8g 116.1g 2.2g	季節の野菜の ドライカレー ¥750 662kcal 16.4g 16.3g 114.5g 3.2g	チキンカレー ¥590	
ランチC ⑧ LUNCH-C ¥600 669kcal 26.4g 14.5g 111.8g 3.7g	白身魚の天婦羅 みぞれがけ ¥600 718kcal 18.9g 19.9g 118.9g 3.2g	鶏団子のクリーム煮 ¥600 710kcal 16.7g 28.5g 99.4g 3.3g	厚揚げと野菜の 揚げ出し ¥600 740kcal 26.0g 21.9g 113.9g 3.5g	鰯天ぷらと揚げ豆腐の だし汁あんかけ ¥600 519kcal 15.9g 10.6g 92.1g 4.2g	水餃子入り五目中華スープ ¥600	
和麺 ⑨ JAPANESE NOODLE ¥690 519kcal 18.2g 13.8g 85.1g 5.7g	かけ ¥380 かき揚げ ¥480 六穴1本天婦羅 うどん・そば ¥690 333kcal 13.3g 2.0g 69.9g 5.2g	ざる・わかめ・たぬき・きつね ¥450 麺大盛り + ¥100 柚子香るきのこあんかけ うどん・そば ¥640 585kcal 24.4g 23.5g 74.8g 7.7g	豚汁うどん・そば ¥620 423kcal 19.4g 10.0g 68.9g 3.7g	鶏肉の親子かき玉 うどん・そば ¥640 424kcal 19.5g 9.6g 68.7g 5.9g	東京食材 東京野菜天ふら(¥180) 毎日ご提供	
らーめん ⑩ CHINESE NOODLE ¥500 352kcal 15.2g 6.8g 62.5g 7.2g	博多豚骨らーめん 福岡 ¥740 717kcal 23.3g 38.4g 78.0g 5.9g	鶏叉焼とたっぷりわかめの 磯らーめん ¥640 457kcal 20.8g 10.8g 77.2g 7.1g	醤油らーめん ¥500 372kcal 16.1g 7.0g 65.9g 7.2g	味噌らーめん ¥500 409kcal 19.2g 6.0g 74.8g 7.6g	塩らーめん ¥500 352kcal 15.2g 6.8g 62.5g 7.2g	
テイクアウト TAKE OUT ¥650 745kcal 20.4g 19.6g 121.9g 4.6g	タレかつ丼弁当 ¥650 796kcal 23.2g 35.6g 98.5g 2.3g	豚バラ肉の スタミナ焼肉弁当 ¥650	高菜飯と 鶏照り焼き・鯖塩焼き弁当 ¥650 758kcal 38.2g 31.1g 87.2g 4.1g	そばろ鶏天丼 ¥650 834kcal 28.4g 31.5g 113.2g 2.0g	梅しらすご飯のヘルシー弁当 ¥650 545kcal 26.8g 10.6g 87.5g 2.3g	

Dinner Menu(夕食)

NORTH SIDE (北側)	定食① Set meal ¥750 766kcal 21.5g 28.1g 106.3g 2.8g	ゆず香る牛丼 ¥750 833kcal 26.9g 35.1g 106.5g 5.4g	豚スタミナ焼肉丼 ¥750 671kcal 24.5g 14.6g 111.6g 3.2g	ひとくちヒレカツ ¥750
	定食② Set meal ¥700 855kcal 35.8g 33.8g 104.2g 2.9g	揚げ鶏の 甘酢野菜あんかけ ¥700 784kcal 19.0g 34.4g 99.8g 2.5g	エビカツ ¥750	銀鮭の照り焼き ¥750
	丼 or カレー Bowl or Curry ¥640 708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g	ビーフカレー ¥640 708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g	ビーフカレー ¥640	ビーフカレー ¥640

栄養価表記				
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
kcal	g	g	g	g

※仕入れにより、メニューや価格が当日変更になる場合がありますが、ご了承ください。
 ※栄養価は目安です。和麺や中華麺は汁も含んだ栄養価となっております。
 ※定食のライスは、普通盛り(180g)あたりの栄養価です。