



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

		8/10	8/11	8/12	8/13	8/14
		Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
SOUTH SIDE (南側)	バスタ or 丼	焼肉麦とろ丼	山の日	たれヒレカツ丼	麻婆茄子飯 &ワンタンスープ	浅利とブロッコリーの ボンゴレロツ
	2 3	¥750		¥750	¥700	¥800
	PASTA / BOWL	603kcal 22.9g 14.1g 99.3g 2.7g		734kcal 23.7g 17.2g 119.9g 5.4g	505kcal 13.0g 13.1g 83.9g 4.3g	582kcal 29.8g 9.4g 98.4g 1.2g
	ランチA	鶏肉の カシウーナツ炒め		復興応援 メニュー 宮城県産 金華さば開き昆布干し	豚焼肉 & メンチカツ	銀鮭照り焼き
	4	¥800		NEW ¥800	¥750	¥800
LUNCH-A	695kcal 24.2g 25.0g 98.3g 3.7g	773kcal 43.1g 31.0g 76.4g 1.8g		732kcal 28.5g 23.9g 103.5g 4.6g	549kcal 28.0g 14.3g 78.9g 3.4g	
ランチB	シーフードミックスフライ (イカ・白身魚・帆立クリーム)	チキン 香草パン粉焼き		蒸焼き鮭と 本鮪入りねぎとろ丼	和風ハンバーグ &蟹クリームコロッケ	
5	¥900	¥900		¥1,000	¥900	
LUNCH-B	960kcal 24.6g 46.3g 111.4g 3.4g	1086kcal 45.6g 51.5g 114.1g 5.0g		679kcal 30.3g 14.6g 105.6g 2.8g	764kcal 25.0g 26.8g 107.2g 4.7g	
ヘルシー	ベジドライカレー	野菜たっぷり ガバオ風ライス		チキンソテー 豆乳ソース	ヒレカツ 柚子胡椒あんかけ	
6	¥800	脂 ¥800	疲・ス ¥800	塩 ¥800		
HEALTHY	544kcal 19.0g 6.9g 109.6g 3.4g	623kcal 23.3g 18.7g 96.7g 2.9g	619kcal 29.4g 21.6g 81.4g 3.1g	618kcal 20.9g 17.3g 96.8g 2.9g		
NORTH SIDE (北側)	カレー	シーフードと キノコのカレー	彩り野菜の キーマカレー	札幌スープカレー	ごろごろ野菜の ポークカレー	
	7	¥690	¥690	北海道 ¥750	¥690	
	CURRY	610kcal 16.3g 11.3g 113.0g 3.9g	616kcal 20.5g 13.5g 104.8g 1.5g	705kcal 23.2g 21.0g 108.7g 2.8g	696kcal 20.5g 15.2g 122.9g 3.2g	
	ランチC	揚げ餃子の 五目野菜あんかけ	厚揚げの和風野菜あん	白身魚の天ぷら 柚子野菜あん	豚肉と野菜の 中華五目煮	
	8	¥600	¥600	¥600	¥600	
	LUNCH-C	562kcal 15.4g 11.8g 99.8g 5.0g	575kcal 19.3g 11.9g 100.0g 5.0g	664kcal 27.0g 16.4g 106.3g 4.5g	578kcal 18.7g 15.3g 94.5g 4.3g	
	和麺	かけ ¥380 かき揚げ ¥480 ざる・わかめ・たぬき・きつね ¥450	かけ ¥380 ざる・わかめ・たぬき・きつね ¥450 かき揚げ ¥480	東京食材 東京野菜天ぷら (¥180) 月木ご提供		
	9	鶏天おろしうどん・そば	※和麺はお休みです。 (上記の定番のうどん・そば含む) 東京野菜天ぷらもお休みです。	肉釜玉うどん	※和麺はお休みです。 (上記の定番のうどん・そば含む) 東京野菜天ぷらもお休みです。	
	JAPANESE NOODLE	¥690	¥690	¥690		
		654kcal 28.1g 23.7g 87.8g 5.8g		576kcal 22.7g 27.9g 65.3g 4.3g		
らーめん	※ラーメンはお休みです。	麺大盛り + ¥100	豚骨らーめん	塩らーめん		
10		¥500	¥500	¥500		
CHINESE NOODLE		406kcal 15.6g 10.9g 66.1g 5.9g	※ラーメンはお休みです。	352kcal 15.2g 6.8g 62.5g 7.2g		
		刻み玉葱入り 八王子らーめん		名古屋発祥 台湾らーめん		
		¥690		愛知 ¥740		
		489kcal 17.4g 11.9g 83.9g 7.6g		548kcal 21.9g 19.2g 81.5g 6.2g		
テイクアウト	※テイクアウト弁当はお休みです。					
TAKE OUT						

Dinner Menu(夕食)

NORTH SIDE (北側)	定食①	キャベツたっぷりメンチカツ デミスタードソース	銀鮭の照り焼き	豆腐ハンバーグ おろしポン酢
	Set meal	¥750	¥750	¥700
		680kcal 18.9g 22.4g 104.2g 3.4g	551kcal 27.7g 14.3g 79.3g 3.3g	498kcal 20.0g 8.6g 86.2g 3.6g
SOUTH SIDE (南側)	定食②	豚バラ茄子の さっぱりおろしポン酢	甘酢マヨチキン	豚ロースかつ煮
	Set meal	¥750	¥750	¥750
		712kcal 20.9g 34.3g 84.0g 2.8g	909kcal 37.9g 35.5g 109.3g 4.8g	799kcal 26.2g 24.3g 119.2g 6.1g
NORTH SIDE (北側)	丼 or カレー Bowl or Curry	ビーフカレー	ビーフカレー	ビーフカレー
		¥640	¥640	¥640
		708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g	708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g	708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g

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。