

港区役所 IIF レストラン・ポート週間メニュー



2026年7月6日～7月10日

・朝食(7:45～8:45)・ランチ(11:00～14:00)・喫茶(14:00～16:30)

※喫茶のオーダーストップは営業時間の30分前になります※

仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がありますのでご了承ください

	ヘルシーランチ 小鉢1品・ご飯・味噌汁付き 750円	日替わりランチ 小鉢1品・ご飯・味噌汁付き 750円	日替わり弁当 味噌汁付き 750円	週間メニュー
6月	豆腐入りハンバーグの 野菜トマトソース	黒毛和牛入りメンチカツ	ミックスフライ	週替わり丼 麻婆豆腐丼
7火	さばのスタミナ焼き	チキンカツの フワフワたまごあん	豚肉生姜焼き	ピリ辛四川風麻婆豆腐の丼 660円 ミニサイズ(ミニ丼) 360円
8水	白身魚と豆腐の 四川風あんかけ	照り焼きチキン	味噌かつ	週替わり麺 冷たい鶏やさいゆず塩ラーメン
9木	鶏ささみフライサラダ仕立て カレー風味すりおろし野菜ソース	豚肉のBBQソテー	ハムカツ& さば塩麴焼き	柚子香るさわやかさっぱり塩ラーメン 660円 ～期間限定定食～※7/31まで
10金	豚肉とザーサイの 塩だれ炒め	エビカツ& カジキのレモンカツ	赤魚照り焼き	うな丼 今年もやります! 850円



1日の野菜摂取量は350g



ポイント!

1日に必要な野菜摂取量は成人の男女ともに350gとされています。
350gの内訳は緑黄色野菜を120g以上、淡色野菜お230g以上
摂取するのがよいとされています。

おすすめ!

レストラン・ポートのヘルシーランチ・週替わり麺』は、
野菜の使用料が120g以上となっています。
野菜不足やカロリーが気になる方にはおすすめのランチメニューです☆

レギュラーメニュー

港区80周年記念メニュー!

大門カレー 600円	芝大門プレート ※5食限定です 1400円
カツカレー 760円	ライス単品 200円
ミニカレー 360円	味噌汁単品 100円
醤油らーめん 590円	小鉢各種 160円
かけそば・うどん 450円	ミニサラダ 180円
各種そば・うどん 580円	かけそばうどんセット 750円
↑(トッピングはカウンターで選択)	醤油らーめんセット 850円
ごぼうかき揚げそば・うどん 600円	ランチコーヒー 190円
麺大盛り 150円	朝定食 360円
ご飯大盛り 100円	モーニングカレー 440円

※定食・弁当のごはんは白米か十六穀米いずれかを選択できます(数に限りがあります)

運営会社: 東京ビジネスサービス株式会社