



uogashi_ichiba
魚がし食堂
中央市場店 東力店 Rinto店
是非、ご登録ください。

平日限定

ランチメニュー

※天候等の入荷状況により内容が多少異なる場合もあります。
●メニューの価格表記は全て税込です

安い旨いの
市場めし

これぞ

魚がし食堂

心意気!!

平日の

お魚ランチ

◆お刺身・焼or煮魚・小鉢3種

1,200円

2026.02.28

定食

安い旨い市場めし
これぞ魚がし食堂
心意気!!



uogashi_ichiba
魚がし食堂
中央市場店 東力店 Rinto店
是非、ご登録ください。

食べやすいポリニームの定食

お魚大好き定食

◆小さな刺盛りや煮魚、焼魚、天ぷら等のかわいい小鉢が10点の定食です。

1,350円

お刺身定食

◆ガンド、白身魚、ビンチョウウまぐろ等、お刺身7点盛りの定食。+フライ、小魚、小鉢3品。

1,300円

得盛りお刺身定食

◆ガンド、白身魚、本まぐろ等、お刺身12点盛りの定食。+フライ、小鉢3品。

1,650円

上お刺身盛り定食

◆ガンド、白身魚、中トロ、つぶ貝、紅ずわい等、お刺身17点盛りの定食。+フライ、小鉢3品。

2,200円

本まぐろとキハダまぐろ、

ネギトロの定食

◆まぐろの3種盛り。カツオタタキのようなキハダまぐろが好評です。
+フライ、小魚、小鉢3品。

1,450円

ちよつと少なめの定食

◆当店の定食は量が多すぎ!という方におすすめてです。5点刺盛、小魚2種、天ぷら、玉子巻、小鉢3品。

1,250円

銀だらの西京焼き定食

◆熟成西京味噌で脂のつた銀だらをふっくらと焼き上げました。+5点刺盛、天ぷら、小鉢3品。

1,500円

魚がし特製満腹定食

◆フライ盛りや地魚にステーキまで付いた、お腹いっぱい定食。+5点刺盛、小魚、小鉢3品。

1,900円

お魚尽くし定食

◆かぶと煮や、焼魚を、どーんと盛り込んだポリニームたっぷり定食。お魚食べるの得意な方に。
+5点刺盛、天ぷら、小鉢3品。

1,650円

天ぷら盛り合わせ定食

◆えび、イカ、キス、白身魚等、みんな大好きなネタの盛り合わせ。+5点刺盛、小魚、小鉢3品。

1,450円

ミックスフライ定食

◆えびフライ、あじフライ、ヒレカツ等いろいろな味が楽しめるフライ盛り。+5点刺盛、小魚、小鉢3品。

1,400円

ヒレカツと唐揚げ定食

◆厚切りヒレカツと、旨味と唐の定食です。
+5点刺盛、小魚、小鉢3品。

1,400円

スタミナスターキ定食

◆濃厚な味わいのサガリ肉と旨味ダレの相性バッチリ。+かわいい刺盛、フライ、小魚、小鉢3品。
※ニンニク抜きもできます

1,400円

海鮮フライ盛りと

海鮮丼

◆アジ、えび、イカのフライ盛りと、当店自慢の丼のいいとこどり!+小鉢2品。

1,450円

※天候等の入荷状況により内容が多少異なる場合もあります。
●メニューの価格表記は全て税込です

比較的ポリニームがある定食

安心旨いの
市場めし
これぞ
魚がし食堂
心意気!!

井
メニュー



uogashi_ichiba
魚がし食堂
中央市場店 東力店 Rinto店
是非、ご登録ください。

日本海の味覚を 盛り込んだ海鮮丼

※ 天候等の入荷状況により内容が多少異なる場合があります。

● 当店の価格は全て税込表示です。



本マグロ丼
1,450円



海鮮丼【並】
1,250円

ネギトロと
いろいろ魚のツケ丼
1,450円



炙りのど黒の美食丼
2,700円



4種の海鮮丼
1,450円



サーモン
ネギトロ丼
1,450円



漁師の荒磯丼
1,850円



海鮮づけ丼
1,300円

得盛り
でんご丼
1,450円

内容は日によって
かわります
(写真は一例です)



中トロ赤身丼
1,650円