

岩西デリランチ

日替弁当メニュー

令和 5年 4月 1日 ~ 令和 5年 4月 30日



メニュー			メニュー		
4/1 土			4/17 月	豚肉ときゃべつの炒めもの うずらウインナー串フライ 南瓜のサラダ	エネルギー 642 kcal たんぱく質 26.7 g 脂質 21.4 g 炭水化物 91.3 g 食塩相当量 3.3 g
4/2 日			4/18 火	魚の竜田揚げ 肉団子 こんにゃくの炒り煮 若布の酢の物	エネルギー 667 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 19.7 g 炭水化物 115.9 g 食塩相当量 1.9 g
4/3 月	休業日		4/19 水	揚げ餃子 うずら卵 ひじきの煮物 レモン和え	エネルギー 624 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 18.1 g 炭水化物 104.6 g 食塩相当量 2.7 g
4/4 火	カレーコロケ 切干大根とベーコンの炒めもの	ハムステーキ もやし中華和え	4/20 木	鶏肉のバジル風味焼 さつま芋の磯辺天 しぐれ煮 ほうれん草の胡麻和え	エネルギー 642 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 13.1 g 炭水化物 121.0 g 食塩相当量 1.8 g
4/5 水	鶏味噌漬け焼き 青梗菜のオイスターソース炒め	揚げしゅうまい 胡瓜の和え物	4/21 金	鶏の唐揚げ しゅうまい大 カレービーフン キャベツの磯辺和え	エネルギー 737 kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 28.6 g 炭水化物 94.2 g 食塩相当量 3.3 g
4/6 木	白身魚のフライ 五目大豆煮	海苔巻きチキン キャベツの塩昆布和え	4/22 土		
4/7 金	海老フライとささみかつ 飛竜頭の煮付け	和風梅パスタ ほうれん草のナムル	4/23 日		
4/8 土			4/24 月	鯖の塩焼き エリンギとピーマンのソテー	エネルギー 629 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 22.5 g 炭水化物 84.5 g 食塩相当量 2.2 g
4/9 日			4/25 火	揚げ鶏のネギソースかけ れんこん金平	エネルギー 752 kcal たんぱく質 28.1 g 脂質 27.6 g 炭水化物 109.2 g 食塩相当量 3.2 g
4/10 月	和風ハンバーグ茸ソース 豚肉とピーマンの炒めもの	竹輪チーズフライ 大根とハムのサラダ	4/26 水	豚ロースステーキ 春巻きミニ ごぼうと挽肉の炒め煮 ひじきサラダ	エネルギー 710 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 28.4 g 炭水化物 98.8 g 食塩相当量 2.1 g
4/11 火	鶏肉の梅肉焼 マーボー春雨	コーンボール 青菜のおかか和え	4/27 木	メンチカツ 焼きビーフン	エネルギー 700 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 24.3 g 炭水化物 107.7 g 食塩相当量 2.6 g
4/12 水	揚げ白身魚の南蛮漬け 切干大根煮	ウインナー 春雨サラダ	4/28 金	豚肉のしょうが焼き アスパラベーコンソテー	エネルギー 610 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 21.8 g 炭水化物 81.0 g 食塩相当量 2.3 g
4/13 木	豚味噌漬焼き 厚揚げの煮物	大学芋 れんこんサラダ	4/29 土		
4/14 金	ささみチーズカツ 切り昆布の煮物	スパゲティペペロンチーノ 大豆サラダ	4/30 日		
4/15 土					
4/16 日					

・地球にやさしく・自然を守る・

マイ箸のご協力をお願いします

1個453円

開店時間11:20~13:30(ご予約の受け取りは14:15まで)

数に限りがあり、なくなり次第終了させていただきます。

メニューが急遽変更になる場合もあります。ご了承ください。

※当日のお電話でのご予約はAM9:00~受け付けております。

☆岩西デリランチ☆

TEL: 0532-63-1824

ワークス岩西 豊橋市高師町字北原1-107