

岩西デリランチ 日替弁当メニュー



メニュー			メニュー			
11/1 水	豚肉ときゃべつの炒めもの すき焼き風煮 南瓜のサラダ	エネルギー 656 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 16.8 g 炭水化物 112.5 g 食塩相当量 3.9 g	11/17 金	揚げ餃子 うずら卵 焼きビーフン 胡瓜のおかか和え	エネルギー 670 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 23.0 g 炭水化物 100.7 g 食塩相当量 2.3 g	
11/2 木	わくわく弁当デー ※完売しました	エネルギー 695 kcal たんぱく質 19.7 g 脂質 25.9 g 炭水化物 104.3 g 食塩相当量 2.0 g	11/18 土			
11/3 金	<p>～メニュー～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・五目御飯 ・ウインナー ・さつまいもサラダ <p>・かつ2種</p> <p>・しゅうまい</p> <p>・紫芋の水まんじゅう</p> <p>※ご飯は全て普通盛でのご提供とさせていただきます。 ※チケットは使用できません。 ※予定数に達しましたら完売とさせていただきます。 ※配達サービスは行えません。</p> <p>¥500(税込)</p>		11/19 日			
11/4 土			11/20 月	豚ロースステーキ ナゲット マーボー春雨 大根とハムのサラダ	エネルギー 732 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 27.6 g 炭水化物 97.9 g 食塩相当量 1.7 g	
11/5 日			11/21 火	ネギ塩チキンカツ 肉団子 じゃがいものそぼろ煮 もやしとツナのマヨポン和え	エネルギー 687 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 21.3 g 炭水化物 100.0 g 食塩相当量 3.5 g	
11/6 月		とんかつ味噌だれ 五目大豆煮 胡瓜の和え物	エネルギー 695 kcal たんぱく質 30.9 g 脂質 24.1 g 炭水化物 93.5 g 食塩相当量 2.8 g	11/22 水	白身魚のフライ スパゲティペペロンチーノ 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ	エネルギー 682 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 28.6 g 炭水化物 87.2 g 食塩相当量 2.7 g
11/7 火		豚ねぎ味噌焼き うずらウインナー串フライ エリンギとピーマンのソテー 青菜のお浸し	エネルギー 630 kcal たんぱく質 24.6 g 脂質 25.9 g 炭水化物 79.7 g 食塩相当量 1.2 g	11/23 木		
11/8 水	コロッケ ハムステーキ さつま芋と昆布の煮物 キャベツの胡麻和え	エネルギー 589 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 14.6 g 炭水化物 102.7 g 食塩相当量 3.3 g	11/24 金	海老フライとチキンカツ つくね煮 れんこん金平 ポテトサラダ	エネルギー 678 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 19.6 g 炭水化物 111.9 g 食塩相当量 2.3 g	
11/9 木	鯖の照り焼き フライドポテト こんにゃくの炒り煮 ひじきサラダ	エネルギー 638 kcal たんぱく質 24.4 g 脂質 17.8 g 炭水化物 111.5 g 食塩相当量 2.2 g	11/25 土			
11/10 金	鶏肉の胡麻竜田揚げ バジルスパゲティ 飛竜頭の煮付け 若布のポン酢和え	エネルギー 661 kcal たんぱく質 36.5 g 脂質 18.5 g 炭水化物 91.1 g 食塩相当量 4.2 g	11/26 日			
11/11 土			11/27 月	鮭の香りパン粉焼 ハムカツ しぐれ煮 胡瓜のなめ茸和え	エネルギー 591 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 12.6 g 炭水化物 112.8 g 食塩相当量 1.6 g	
11/12 日			11/28 火	肉団子のトマトあんかけ クリームコロッケ 白菜の生姜醤油和え	エネルギー 611 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 18.5 g 炭水化物 94.5 g 食塩相当量 2.9 g	
11/13 月	鯖の塩焼き 春巻きミニ ごぼうと挽肉の炒め煮 大豆サラダ	エネルギー 691 kcal たんぱく質 34.1 g 脂質 23.9 g 炭水化物 99.2 g 食塩相当量 2.8 g	11/29 水	ピーマンの肉詰 竹輪のカレー揚げ 切干大根煮 れんこんサラダ	エネルギー 558 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 12.6 g 炭水化物 97.6 g 食塩相当量 2.8 g	
11/14 火	鶏肉のレモンペッパー焼き 大学芋 キャベツの塩炒め 春雨の胡麻サラダ	エネルギー 657 kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 23.4 g 炭水化物 92.1 g 食塩相当量 1.5 g	11/30 木	メンチカツ みかん しめじとピーマンとコーンのソテー	エネルギー 561 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 15.4 g 炭水化物 94.1 g 食塩相当量 2.0 g	
11/15 水	肉じゃが 竹輪チーズフライ 切干大根の和え物	エネルギー 697 kcal たんぱく質 25.4 g 脂質 16.2 g 炭水化物 134.6 g 食塩相当量 1.7 g				
11/16 木	豚焼肉 揚げしゅうまい ひじきの煮物 辛子和え	エネルギー 627 kcal たんぱく質 25.8 g 脂質 17.3 g 炭水化物 103.7 g 食塩相当量 2.0 g				

・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>