## 岩西デリランチ 日替弁当メニュー



1/1   月			メニュ	<b>1</b> —						メニ				
1/2 火   1/3 水   1/4 本 コロッケ	1/1 月	月						1/17	水					kcal
1/3 水				15/4						ごぼうの塩きんぴら	大根の梅肉和え	脂質 炭水化物	16. 7 90. 0	_
1/3 水	ار 1/2	火						1/18	木	タンドリーチキン	南瓜天	たんぱく質	26. 2	kcal g
1/4 本 コロッケ 野菜ペーコン巻き						-				青梗菜のオイスターソース炒め	ごぼうとツナのサラダ	炭水化物	81.5	g g g
1/4 本 コロッケ 野菜ベーコン巻き	1/3 7	水						1/19	金	和風ハンバーグ茸ソース	さつま芋の素揚げ	たんぱく質	25.6	kcal g
1/5 金				4						キャベツの塩炒め	胡瓜の胡麻酢和え	炭水化物	101.2	-
1/5 金	1/4 7	·			たんぱく質	15. 2	g	1/20	±					
1/6 ±   1/22 月 チキンカツ味噌だれ 竹の子の土佐煮			切干大根とベーコン の炒めもの	若布の酢の物	炭水化物	104.5	g			(1)				
1/6 土	1/5 ≰	金	豚肉ときゃべつの塩炒め	れんこん金平	たんぱく質	25. 2	g	1/21	日					
1/7 日			スパゲティサラダ		炭水化物	98. 1	g							
1/23 火 鶏肉のしょうが焼き ハムカツ   元んばく質 271 を	1/6 ±	±						1/22	月	チキンカツ味噌だれ	竹の子の土佐煮	たんぱく質	24. 1	kcal g
1/8 月   成人の日   1/24   水 ささみチーズカツ 山菜スパゲティ   1/25										茸のマリネ		炭水化物	106.9	
1/8 月 成人の日	1/7 E	日		**************************************	62			1/23	火	鶏肉のしょうが焼き	ハムカツ	たんぱく質	29.3	g
1/9 火 海モフライとメンチカツ しゅうまい大 だんだく 22 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2										ごぼうと挽肉の炒め煮	小松菜のおかか和え	炭水化物	95. 7	_
1/9   火 海老フライとメンチカツ   しゆうまい大   たんばく質 22.3   kcal   大人はく質 22.4   g   kcal   たんぱく質 22.1   g   kcal	1/8 F	月			Can 🕸			1/24	水	ささみチーズカツ	山菜スパゲティ	たんぱく質	22.6	kcal g g
焼きビーフン 胡瓜の和え物   焼きビーフン 胡瓜の和え物   焼きビーフン 胡瓜の和え物   大水化物   109.8 を 食塩相当量   2.8 を   大水化物   2.8 を			•							こんにゃくのおかか炒め煮	もやしの中華和え	炭水化物	118.8	
焼きビーフン 胡瓜の和え物   紫森化物   100.9   歳   株   100.9   歳   株   100.8   歳   ま   100.8   ま   100.8   ま   ま   100.8   ま   100.8   ま   ま   100.8	ر 1/9	火	海老フライとメンチカツ	しゅうまい大	たんぱく質	22. 2	g	1/25	木	鶏の唐揚げ	スパゲティペペロンチーノ	たんぱく質	30.9	kcal g
高野豆腐の煮物 油揚げと興葉の和え物 (大人は Seg 20.1 を Be 20.1 を			焼きビーフン	胡瓜の和え物	炭水化物	100.9	g			揚げ半の煮物	キャベツの塩昆布和え	炭水化物	109.8	
高野豆腐の煮物 油揚げと舞茸の和え物 食食細胞 2.9 g	1/10 7	水	スパイシーチキン	竹輪磯辺揚げ	たんぱく質	32.6	g	1/26	金	鯖の塩焼き	ナゲット	たんぱく質	34. 4	kcal g
大根とツナの煮物 青菜のお浸し   大根とツナの煮物 青菜のお湯   大根とツナの煮物 青菜の煮物   大人はく質 20.9 g   大人はく質 31.0 g   大人はく質 32.3 g   大人はくばく質 22.5 g   大人はく質 22.5 g   大人はくび 22			高野豆腐の煮物	油揚げと舞茸の和え物	炭水化物	86. 9	g			ひじきと大豆の煮物	白菜の生姜醤油和え	炭水化物	103.1	
大根とツナの煮物 青菜のお浸し   食塩相当量   1.3 g   1/28 日   1/128 日	1/11 7	木	豚味噌漬焼き	フライト゛ホ゜テト	たんぱく質	23. 1	g	1/27	±					_
1/13 土  1/14 日  1/15 月 鶏味噌漬け焼き 揚げしゆうまい			大根とツナの煮物	青菜のお浸し	炭水化物	86. 4	g				Ma d	1		
1/13 土     1/29 月 鶏肉の香草焼き チキンチーズ大葉巻き 切り昆布の煮物 春雨中華和え     エネルギー たんぱく質 31.0 g 頭板 84.5 g 換水化物 84.5 g 放水化物 84.5 g 放水化物 84.5 g 大人ぱく質 32.3 g 放水化物 84.8 g       1/14 日     1/30 火 鶏肉の竜田揚げ 和風梅パスタ さつま芋のレモン煮 野菜のナムル 競塩相当量 2.1 g 放水化物 84.8 g       1/15 月 鶏味噌漬け焼き カロサラダ 南瓜のサラダ 食塩相当量 3.0 g 検水化物 84.8 g 大人ぱく質 25.1 g 放水化物 84.8 g 大人ぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱくぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱくぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱく質 25.8 g 成水化物 84.8 g 大人ぱくぱく質 25.8 g 成 18.9 g 成水化物 84.8 g 大人状態 84.8 g 成水化物 84.8 g 大人桃物 84.8 g 大人ぱく質 25.8 g 成 18.9 g 成水化物 84.8 g 人人物 84.8 g 人 84.8 g	1/12 🕏	金	ささみカツ	竹輪と青菜の煮物	たんぱく質	20.9	g	1/28	日	89		-		
1/14 日			ひじきサラダ		炭水化物	99.0	g							
切り昆布の煮物 春雨中華和え   炭水化物 84.5 g g 塩相当量 2.1 g	1/13 ±	±						1/29	月	鶏肉の香草焼き	チキンチーズ大葉巻き	たんぱく質	31.0	g
1/15 月 鶏味噌漬け焼き カスラダ     揚げしゆうまい 大が作为 100.7 g 食塩相当量 4.8 g       1/16 火 魚の竜田揚げ 枝豆 じゅうまんがら まわしたがよのきんがよる質 2.8 g 度水化物 88.5 g     ボネルギー 586 kcal たんぱく質 25.8 g 原水化物 88.5 g       1/16 水 魚の竜田揚げ 枝豆 じゃが芋のきんがら まわしたがよのきんがら まわしたがよのきんがら 2.8 g 度水化物 88.5 g		_								切り昆布の煮物	春雨中華和え	炭水化物	84. 5	g
1/15 月 鶏味噌漬け焼き 揚げしゅうまい   大んぱく質 21.8 g   大人ぱんぱく質 21.8 g   大人ぱく質 21.8 g   大人ぱんぱく質 25.1 g   大人根の磯辺和え   大根の磯辺和え   大根の緑田   大根の森田   大根の森田   大根の森田   大根の森田   大根の森田   大田   大根の森田   大根の森田   大田   大田   大田   大田   大田   大田	1/14 E	日		(3)				1/30	火	鶏肉の竜田揚げ	和風梅パスタ	たんぱく質	33. 1	g
五目大豆煮 南瓜のサラダ (東京 2.3 g		_								さつま芋のレモン煮	野菜のナムル	炭水化物	100.7	g
五目大豆煮 南瓜のサラダ gunut 107.2 g g g gunut 107.2 g g gunut 107.2 g g g gunut 107.2 g g g g g g g g g g g g g g g g g g g	1/15 月	月	鶏味噌漬け焼き	揚げしゅうまい	たんぱく質	32.3	g	1/31	水	白身魚のフライ	うずら卵	たんぱく質	25. 1	g
1/10			五目大豆煮	南瓜のサラダ	炭水化物	97.4	g			しぐれ煮	大根の磯辺和え	炭水化物	107. 2	
ごわが芋のき4.7%らまや」とツナのマヨボン和え   炭水化物 86.5 g	ار 1/16	火	魚の竜田揚げ	枝豆	たんぱく質	25.8	g					_		
及恒加马里 1.7 6			じゃが芋のきんぴら	もやしとツナのマヨポン和え										

1個 463円(税抜き)、500円(税込み)

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。