

岩西デリランチ

日替弁当メニュー



令和 4年 5月 1日 ~ 令和 4年 5月 31日

メニュー			メニュー		
6/1 土			6/17 月	ささみチーズカツ イタリアンスパ エリンギとピーマンのソテー 春雨の胡麻酢和え	エネルギー 596 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 14.7 g 炭水化物 98.2 g 食塩相当量 2.7 g
6/2 日			6/18 火	白身魚のフライ 肉団子 大根と豚肉の煮物 青菜のおかか和え	エネルギー 659 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 26.2 g 炭水化物 91.2 g 食塩相当量 1.9 g
6/3 月	鯖の照り焼き フライドポテト ぜんまいの炒め煮 胡瓜のなめ茸和え	エネルギー 599 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 16.4 g 炭水化物 97.6 g 食塩相当量 2.2 g	6/19 水	ガリバタチキン 竹輪チーズフライ ごぼうの塩きんぴら 南瓜のサラダ	エネルギー 697 kcal たんぱく質 26.5 g 脂質 25.3 g 炭水化物 98.5 g 食塩相当量 2.8 g
6/4 火	鶏肉のトマトソースかけ 揚げしゅうまい カレーソテー ポテトサラダ	エネルギー 672 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 25.1 g 炭水化物 88.1 g 食塩相当量 1.7 g	6/20 木	豚肉ときやべつの塩炒め すき焼き風煮 もやしとツナのマヨポン和え	エネルギー 630 kcal たんぱく質 29.4 g 脂質 16.5 g 炭水化物 102.8 g 食塩相当量 1.7 g
6/5 水	豚ロースステーキ 春巻きミニ 高野豆腐の煮物 きゅうり梅肉和え	エネルギー 671 kcal たんぱく質 30.3 g 脂質 26.8 g 炭水化物 81.5 g 食塩相当量 2.1 g	6/21 金	海老フライとチキンカツ 焼き揚げ半 焼きビーフン 辛子和え (キャベツ・もやし)	エネルギー 600 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 15.8 g 炭水化物 93.3 g 食塩相当量 2.2 g
6/6 木	鶏のカレー唐揚げ バジルスパゲティ 切干大根とベーコンの炒めもの 大根のナムル	エネルギー 683 kcal たんぱく質 28.4 g 脂質 25.3 g 炭水化物 90.6 g 食塩相当量 2.9 g	6/22 土		
6/7 金	鶏味噌漬け焼き うずらウイナー串フライ ひじきと大豆の煮物 若布の酢の物	エネルギー 699 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 27.0 g 炭水化物 91.6 g 食塩相当量 1.6 g	6/23 日		
6/8 土			6/24 月	鯖の塩焼き ハムカツ 五目きんぴら 胡瓜の酢の物	エネルギー 630 kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 21.5 g 炭水化物 88.1 g 食塩相当量 2.8 g
6/9 日			6/25 火	ひれかつとメンチカツ ウイナー 茄子の田楽 もやし中華和え	エネルギー 595 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 14.6 g 炭水化物 111.9 g 食塩相当量 2.3 g
6/10 月	臨時休業		6/26 水	豚肉のしょうが焼き ナゲット 飛竜頭の煮付け 茸のマリネ	エネルギー 705 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 24.0 g 炭水化物 95.7 g 食塩相当量 1.2 g
6/11 火	揚げ餃子 うずら卵 豚肉とピーマンの炒めもの 青菜のわさび和え	エネルギー 638 kcal たんぱく質 22.4 g 脂質 22.0 g 炭水化物 93.5 g 食塩相当量 2.6 g	6/27 木	チキンカツ ゆで卵 茄子とピーマンの炒め煮 もやしとわかめのなめ茸和え	エネルギー 619 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 20.3 g 炭水化物 85.8 g 食塩相当量 1.2 g
6/12 水	鮭のマヨネーズ焼 竹輪磯辺揚げ ごぼうと挽肉のカレー炒め マカロニサラダ	エネルギー 667 kcal たんぱく質 27.2 g 脂質 21.6 g 炭水化物 104.5 g 食塩相当量 3.2 g	6/28 金	照り焼きハンバーグ 海苔巻きチキン こんにやくのピリ辛炒め 青菜の磯辺和え	エネルギー 710 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 18.8 g 炭水化物 124.9 g 食塩相当量 2.7 g
6/13 木	一口かつ味噌だれ しめじとピーマンとコーンのソテー 大豆サラダ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 22.0 g 炭水化物 86.0 g 食塩相当量 2.0 g	6/29 土		
6/14 金	豚塩焼肉 コーンボール 切干大根煮 ごぼうとにんじんのサラダ	エネルギー 640 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 22.1 g 炭水化物 93.8 g 食塩相当量 1.5 g	6/30 日		
6/15 土					
6/16 日					

1個 500円(税込)

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>