

# 岩西デリランチ

## 日替弁当メニュー



メニュー			メニュー		
8/1 木	肉団子のトマトあんかけ ひじきサラダ	こんにゃくの炒り煮	エネルギー 644 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 18.4 g 炭水化物 116.8 g 食塩相当量 3.3 g	8/17 土	
8/2 金	コロケ 揚げ半の煮物	野菜ベーコン巻き 春雨中華和え	エネルギー 676 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 17.2 g 炭水化物 124.0 g 食塩相当量 3.0 g	8/18 日	
8/3 土				8/19 月	チキン南蛮 焼き揚げ半 豚キムチビーフン 春雨の胡麻サラダ
8/4 日				8/20 火	豚塩焼肉 フライドポテト こんにゃくのおかか炒め煮 キャベツの塩昆布和え
8/5 月	豚肉のしょうが焼き 金平ごぼう	竹輪チーズフライ スパゲティサラダ	エネルギー 704 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 28.4 g 炭水化物 94.1 g 食塩相当量 1.3 g	8/21 水	一口かつ 切り昆布の煮物 辛子和え
8/6 火	メンチカツ 焼きビーフン	枝豆 マカロニサラダ	エネルギー 683 kcal たんぱく質 21.0 g 脂質 24.0 g 炭水化物 100.9 g 食塩相当量 2.8 g	8/22 木	魚の竜田揚げ 里芋の煮物
8/7 水	和風ハンバーグ茸ソース ツナときのこのパスタ (和風)	粉ふき芋 もやし中華和え	エネルギー 670 kcal たんぱく質 28.3 g 脂質 19.2 g 炭水化物 101.0 g 食塩相当量 3.0 g	8/23 金	鶏肉のバジル風味焼 冬瓜と厚揚げの煮物
8/8 木	とんかつ ごぼうサラダ	豚肉とピーマンの炒めもの	エネルギー 681 kcal たんぱく質 29.4 g 脂質 29.6 g 炭水化物 79.5 g 食塩相当量 2.1 g	8/24 土	
8/9 金	鶏肉の山椒焼き キャベツともやしの炒め物	春巻きミニ もずく酢	エネルギー 642 kcal たんぱく質 29.8 g 脂質 22.1 g 炭水化物 83.3 g 食塩相当量 2.5 g	8/25 日	
8/10 土				8/26 月	スパイシーチキン ナゲット ひじきの煮物 切干大根の和え物
8/11 日				8/27 火	ひれかつ 五目大豆煮
8/12 月				8/28 水	鯖の山椒焼き カレービーフン
8/13 火				8/29 木	鶏肉の梅肉焼 厚揚げの煮物
8/14 水				8/30 金	鶏の塩唐揚げ 茄子とピーマンの炒め煮
8/15 木				8/31 土	
8/16 金	ささみカツ 切干大根とベーコンの炒めもの	山菜スパゲティ ひじきの酢の物	エネルギー 574 kcal たんぱく質 19.9 g 脂質 13.1 g 炭水化物 97.6 g 食塩相当量 1.8 g		

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＞