

岩西デリランチ

日替弁当メニュー

7月

令和 7年 7月 1日 ~ 令和 7年 7月 31日

メニュー			メニュー		
7/1 火	タンドリーチキン2 茄子天 青梗菜のオイスターソース炒め キャベツとツナの和え物	エネルギー 648 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 26.1 g 炭水化物 80.8 g 食塩相当量 2.7 g	7/17 木	鶏肉の香草焼き 芋天 厚揚げの煮物 もやしのおかか和え	エネルギー 616 kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 15.0 g 炭水化物 93.1 g 食塩相当量 2.5 g
7/2 水	豚肉のしょうが焼き 春巻きミニ さつま芋と昆布の煮物 レモン和え	エネルギー 702 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 30.1 g 炭水化物 90.2 g 食塩相当量 1.5 g	7/18 金	メンチカツ 野菜ベーコン巻き キャベツの塩炒め 青菜のお浸し	エネルギー 657 kcal たんぱく質 19.8 g 脂質 21.9 g 炭水化物 98.8 g 食塩相当量 2.5 g
7/3 木	ささみチーズカツ 和風梅パスタ 五目大豆煮 若布の酢の物	エネルギー 597 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 12.0 g 炭水化物 104.7 g 食塩相当量 3.4 g	7/19 土		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g
7/4 金	魚の竜田揚げ（鯖） ハムステーキ 茄子の田楽 青菜のわさび和え	エネルギー 620 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 21.8 g 炭水化物 87.1 g 食塩相当量 2.5 g	7/20 日		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g
7/5 土		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g	7/21 月	休業日	エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g
7/6 日		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g	7/22 火	鶏味噌漬け焼き フライドポテト 切り昆布の煮物 れんこんサラダ	エネルギー 661 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 23.1 g 炭水化物 90.9 g 食塩相当量 1.9 g
7/7 月	鶏肉の梅肉焼 じゃこ天 マーボー春雨 ごぼうとツナのサラダ	エネルギー 557 kcal たんぱく質 33.4 g 脂質 12.6 g 炭水化物 83.6 g 食塩相当量 1.3 g	7/23 水	豚焼肉 竹輪チーズフライ じゃが芋のきんぴら キャベツの胡麻和え	エネルギー 752 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 35.8 g 炭水化物 88.4 g 食塩相当量 1.5 g
7/8 火	とんかつ味噌だれ 竹輪と青菜の煮物 大豆サラダ	エネルギー 722 kcal たんぱく質 31.9 g 脂質 25.1 g 炭水化物 100.1 g 食塩相当量 2.9 g	7/24 木	白身魚のフライ イタリアンスパ 竹輪と人参の甘辛煮 大根の梅肉和え	エネルギー 678 kcal たんぱく質 26.1 g 脂質 21.9 g 炭水化物 107.2 g 食塩相当量 2.3 g
7/9 水	かぼちゃコロッケ しゅうまい れんこん金平 サラダスパ（イタリアン）	エネルギー 632 kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 16.2 g 炭水化物 115.7 g 食塩相当量 2.5 g	7/25 金	酢豚 クリームコロッケ もやしの胡麻和え	エネルギー 706 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 28.7 g 炭水化物 95.3 g 食塩相当量 2.6 g
7/10 木	豚味噌漬焼き 海苔巻きチキン じゃがいもと竹輪の煮物 胡瓜の酢の物	エネルギー 677 kcal たんぱく質 35.0 g 脂質 23.8 g 炭水化物 86.4 g 食塩相当量 1.9 g	7/26 土		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g
7/11 金	揚げ鶏のネギソースかけ コーンソテー 切干大根とベーコンの炒めもの もやしの中華和え	エネルギー 690 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 27.3 g 炭水化物 88.6 g 食塩相当量 3.1 g	7/27 日		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g
7/12 土		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g	7/28 月	カレーコロッケ 山菜スパゲティ ごぼうと挽肉の炒め煮 胡瓜のなめ茸和え	エネルギー 626 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 14.8 g 炭水化物 119.8 g 食塩相当量 2.2 g
7/13 日		エネルギー 0 kcal たんぱく質 0.0 g 脂質 0.0 g 炭水化物 0.0 g 食塩相当量 0.0 g	7/29 火	ピーマンの肉詰 うずらウインナー串フライ しぐれ煮 南瓜のサラダ	エネルギー 704 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 22.0 g 炭水化物 124.6 g 食塩相当量 3.2 g
7/14 月	鶏肉の胡麻竜田揚げ 枝豆 しめじとピーマンとコーンのソテー ひじきサラダ	エネルギー 606 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 18.4 g 炭水化物 83.0 g 食塩相当量 3.3 g	7/30 水	鶏肉の照り焼き ナゲット すき焼き風煮 大根のナムル	エネルギー 826 kcal たんぱく質 36.8 g 脂質 28.6 g 炭水化物 118.4 g 食塩相当量 2.9 g
7/15 火	鯖の西京焼き コーンボール 切干大根煮 ポテトサラダ	エネルギー 639 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 16.4 g 炭水化物 104.9 g 食塩相当量 1.6 g	7/31 木	チキンカツ 枝豆 飛竜頭の煮付け 玉葱のおかか和え	エネルギー 681 kcal たんぱく質 33.1 g 脂質 22.7 g 炭水化物 90.8 g 食塩相当量 2.0 g
7/16 水	オニオンソースのハンバーグ マグロメチ串カツ 五目きんぴら 若布のポン酢和え	エネルギー 702 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 20.2 g 炭水化物 107.6 g 食塩相当量 2.8 g			

1個 500円(税込)

開店時間11:20~13:30(ご予約の受け取りは14:00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>