

# 岩西デリランチ

# 6月

## 日替弁当メニュー

令和 7年 6月 1日 ~ 令和 7年 6月 30日

メニュー			メニュー		
6/1 日			6/17 火	白身魚のフライ ウィンナー 大根と豚肉の煮物 青菜のおかか和え	エネルギー 654 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 28.5 g 炭水化物 85.6 g 食塩相当量 1.7 g
6/2 月	串カツ 肉団子 ぜんまいの炒め煮 胡瓜のなめ茸和え	エネルギー 580 kcal たんぱく質 18.4 g 脂質 15.5 g 炭水化物 101.7 g 食塩相当量 2.2 g	6/18 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 727 kcal たんぱく質 29.1 g 脂質 27.5 g 炭水化物 98.9 g 食塩相当量 2.8 g
6/3 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 大根のナムル	エネルギー 625 kcal たんぱく質 30.2 g 脂質 21.4 g 炭水化物 83.3 g 食塩相当量 1.7 g	6/19 木	海老フライとチキンカツ 焼き揚げ半 焼きビーフン もやしとツナの Mayoポン和え	エネルギー 616 kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 17.4 g 炭水化物 92.9 g 食塩相当量 2.3 g
6/4 水	豚ロースステーキ フライドポテト 高野豆腐の煮物 きゅうり梅肉和え	エネルギー 736 kcal たんぱく質 30.3 g 脂質 30.7 g 炭水化物 90.5 g 食塩相当量 1.9 g	6/20 金	豚肉ときゃべつの塩炒め 五目大豆煮 春雨サラダ	エネルギー 597 kcal たんぱく質 29.0 g 脂質 15.0 g 炭水化物 92.6 g 食塩相当量 1.9 g
6/5 木	ピーマンの肉詰 さつま芋の素揚げ 切干大根とベーコンの炒めもの もやしのおかか和え	エネルギー 524 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 10.3 g 炭水化物 93.5 g 食塩相当量 2.2 g	6/21 土		
6/6 金	鶏のカレー唐揚げ バジルスパゲティ 揚げ半の煮物 マセドアンサラダ	エネルギー 827 kcal たんぱく質 32.7 g 脂質 33.1 g 炭水化物 113.6 g 食塩相当量 3.8 g	6/22 日		
6/7 土			6/23 月	照り焼きハンバーグ 海苔巻きチキン こんにゃくのピリ辛炒め 大根の梅肉和え	エネルギー 706 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 18.7 g 炭水化物 125.3 g 食塩相当量 2.5 g
6/8 日			6/24 火	ひれかつとメンチカツ ふかし芋 茄子とピーマンの炒め煮 もやしの中華和え	エネルギー 586 kcal たんぱく質 18.9 g 脂質 13.7 g 炭水化物 101.8 g 食塩相当量 1.9 g
6/9 月	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 698 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 27.0 g 炭水化物 91.2 g 食塩相当量 1.7 g	6/25 水	豚肉のしょうが焼き ナゲット 飛竜頭の煮付け 青菜の磯辺和え	エネルギー 818 kcal たんぱく質 29.9 g 脂質 36.0 g 炭水化物 97.2 g 食塩相当量 1.6 g
6/10 火	揚げ餃子 枝豆 豚肉とピーマンの炒めもの マカロニサラダ	エネルギー 690 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 25.1 g 炭水化物 99.3 g 食塩相当量 2.6 g	6/26 木	チキンカツ つくね煮 茄子の田楽 もやしとわかめのなめ茸和え	エネルギー 629 kcal たんぱく質 26.4 g 脂質 18.9 g 炭水化物 93.3 g 食塩相当量 2.0 g
6/11 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 青菜のわさび和え	エネルギー 609 kcal たんぱく質 27.1 g 脂質 16.8 g 炭水化物 100.2 g 食塩相当量 2.5 g	6/27 金	魚の竜田揚げ(鯖) ハムステーキ 五目きんぴら 胡瓜の酢の物	エネルギー 642 kcal たんぱく質 27.2 g 脂質 24.3 g 炭水化物 89.6 g 食塩相当量 2.1 g
6/12 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 86.1 g 食塩相当量 2.0 g	6/28 土		
6/13 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 794 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 36.5 g 炭水化物 100.2 g 食塩相当量 1.6 g	6/29 日		
6/14 土			6/30 月	コロケ 野菜ベーコン巻き すき焼き風煮 茸のマリネ	エネルギー 723 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 22.5 g 炭水化物 125.0 g 食塩相当量 2.7 g
6/15 日					
6/16 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 597 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 14.7 g 炭水化物 98.3 g 食塩相当量 2.7 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>