

# 岩西デリランチ

## 日替弁当メニュー

# 12月

令和7年12月1日～令和7年12月31日

	メニュー		メニュー						
12/1 月	魚の竜田揚げ（鰯） すき焼き風煮 胡瓜のなめ茸和え 和風きのこパスタ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	719 29.1 23.4 114.7 2.6	kcal g g g g	12/17 水	豚肉のしょうが焼き ナゲット こんにゃくの炒り煮 青菜のわさび和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	802 25.1 31.6 121.6 1.2	kcal g g g g
12/2 火	豚塩焼肉 マグロメンチ串カツ 青梗菜のオイスターソース炒め 春雨サラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	690 24.8 31.0 82.6 1.4	kcal g g g g	12/18 木	串カツ イタリアンスパ 竹輪の甘辛煮 もやしのナムル	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	626 19.8 14.9 115.4 2.9	kcal g g g g
12/3 水	かぼちゃコロッケ しゅうまい ごぼうと挽肉のカレー炒め 玉葱のマリネ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	633 16.1 17.0 116.3 2.6	kcal g g g g	12/19 金	鶏肉の梅肉焼 枝豆 金平ごぼう 大根とハムのサラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	529 30.3 11.4 84.7 1.7	kcal g g g g
12/4 木	鶏味噌漬け焼き 竹輪天 豚キムチビーフン 大根のナムル	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	621 31.6 18.2 87.6 2.2	kcal g g g g	12/20 土				
12/5 金	ロールキャベツ（デミ） こんにゃくのピリ辛炒め もやしのおかか和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	740 24.6 16.4 145.0 4.8	kcal g g g g	12/21 日				
12/6 土					12/22 月	カレーコロッケ ハムステーキ ひじきの煮物 切干大根の和え物	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	631 18.0 19.9 103.2 3.4	kcal g g g g
12/7 日					12/23 火	トマトソースのハンバーグ 竹輪チーズフライ しめじとピーマンとコーンのソテー キャベツの塩昆布和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	697 25.4 24.7 98.5 3.3	kcal g g g g
12/8 月	豚ロースステーキ うずらウインナー串フライ 青菜ときのこのソテー ひじきの酢の物	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	708 26.8 33.0 81.7 1.8	kcal g g g g	12/24 水	鶏の塩唐揚げ 野菜ベーコン巻き れんこん金平 青菜のお浸し	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	738 28.2 28.2 102.6 2.1	kcal g g g g
12/9 火	鶏肉の照り焼き ハムカツ 豚肉とピーマンの炒めもの きゅうり梅肉和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	648 32.3 23.7 79.1 2.5	kcal g g g g	12/25 木	チキンカツ ふかし芋 ごぼうと挽肉の炒め煮 れんこんサラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	670 24.2 17.7 115.0 1.2	kcal g g g g
12/10 水	鮭のフライ ウィンナー しぐれ煮 もやしとツナのマヨポン和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	715 21.8 26.9 116.0 2.1	kcal g g g g	12/26 金	関東煮 クリームコロッケ もやしのナムル	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	653 28.4 12.6 121.4 3.1	kcal g g g g
12/11 木	揚げ餃子 うずら卵 じゃがいもと玉ねぎのそぼろ煮 マカロニサラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	696 22.0 23.6 106.7 2.8	kcal g g g g	12/27 土				
12/12 金	ささみチーズカツ 山菜スペゲティ 厚揚げの煮物 胡麻酢和え	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	582 23.1 13.6 95.2 2.4	kcal g g g g	12/28 日				
12/13 土					12/29 月	休業日			
12/14 日					12/30 火	休業日			
12/15 月	鶏肉の山椒焼き フライドポテト キャベツの塩炒め スpagetiサラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	732 30.9 30.2 87.8 2.6	kcal g g g g	12/31 水	休業日			
12/16 火	海老フライとサミカツ コーンソテー 五目きんぴら さつまいもとナツツのサラダ	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量	566 18.7 11.3 106.5 2.0	kcal g g g 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>