

May.2024

# 5月献立表

おいしさ“日本一”を目指して!

## (有) jfs ランチBOX

■平 店:いわき市好間町下好間字鬼越95-1  
Tel. 0246(36)6813 Fax. 0246(36)6814

■いわき南店:いわき市勿来町窪田酒井原2-2  
Tel. 0246(65)2711 Fax. 0246(65)2712

URL <https://lunchbox-bento.com>



### 大好評!

月替りは  
5/7より

490円  
冷し中華  
490円 (大盛+30円)

### 5月度月替わりメニュー (月~金)

・カロリーの表示は、おかずのみのカロリーとなります。  
・ライス普通盛りで、420カロリーになります。



仕入れの都合等によりメニューが変更になる場合がございます  
予めご了承ください

月替わりメニューは、売り切れもございますので、ご注文は午前9:00までお願い致します。

### MON

### TUE

### WED

### THU

### FRI

### SAT (パック弁当)

※震災以降、休まず営業しております。  
これからも皆さま方のために尽くして  
まいります。

※写真は全てイメージ画となります

1 おまかせメニュー  
日替りのみ

2 おまかせメニュー  
日替りのみ

3 憲法記念日

4 みどりの日

6 振替休日

7 **ベーコン  
クランチカツ**  
●豆腐ステーキ●和風パスタ  
●筍炒り煮●オクラ和え  
417kcal

8 **オムライス  
ハンバーグ**  
●ガロニ盛●山海含め煮  
●浅炊き生姜和え●三色豆  
371kcal

9 **鶏唐ゴマ  
みそ和え**  
●鱈の天ぷら●坦々風炒め  
●豚大根べっこう煮●三色豆  
499kcal

10 **まるやか  
カレーフライ**  
●卵と野菜のオイスター炒め  
●海鮮焼売中華あん●炒り煮  
529kcal

11 おまかせメニュー

13 **トマト風味コーンフライ  
& ハムチーズニング焼**  
●五目金平●キムチもやし  
●若芽のポン酢和え  
402kcal

14 **メンチカツ&  
オムレツソースかけ**  
●焼きそば●高菜  
●ツキコンと竹輪炒り煮  
563kcal

15 **豚ロース  
パーベキュー焼**  
●挽肉野菜中華炒め●ゆき煮  
●オニオンマリネ●味の花  
353kcal

16 **自家製  
鶏の唐揚**  
●高菜春雨和風ソテー●サラダ  
●ひじき煮●オクラ梅和え  
450kcal

17 **イカフライ**  
●回鍋肉風●菜の花辛し和え  
●蓮根大豆フレーク煮  
363kcal

18 特製のり弁当

20 **チーズin  
ハンバーグ**  
●串カツ●乱切り牛蒡煮  
●ポポリタン●柚子蒟蒻  
404kcal

21 **桜エビ入り  
グラタンコロッケ**  
●スタミナ野菜炒め●炊合せ  
●タイ風サラダ●わさび漬P  
402kcal

22 **ハムカツ**  
●水餃子チリソース●山椒煮  
●ポテトサラダ●ほりほり漬  
349kcal

23 **鶏唐ネギ  
ポン酢和え**  
●野菜豚丼●竹の子金平  
●ネギ塩もやし●隠元胡麻和え  
447kcal

24 **五目  
炊込みご飯**  
●アジフライ●中華炒め  
●大根田楽●酢味噌和え  
589kcal

25 おまかせメニュー

27 **名古屋名物  
味噌カツ**  
●筑前煮●野沢菜のり佃煮P  
●なすピーマン味噌炒め  
334kcal

28 **照焼チキン  
ステーキ**  
●カレーコロッケ●麻婆春雨  
●和のサラダ●五目卵の花  
516kcal

29 **辛みそ  
野菜炒め**  
●コーンクリームコロッケ  
●ベジカレー●蓮根煮  
457kcal

30 **Wエビフライ  
野菜南蛮あん**  
●焼ビーフン●大根と揚げ煮  
●キャベツマリネ  
468kcal

31 **自家製  
鶏の唐揚**  
●ころもやしラー油炒め  
●切干し煮●サラダ●野沢菜  
465kcal

品質保持のため、高温多湿の  
場所を避け、午後1時まで  
お召し上がり下さいませ

※注) 環境保全のため、廃棄物の縮小に努めてます。食べ残しの無い様、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

お米は国産米を使用しています