

December. 2024

# 12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>



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

### 12月度月替わりメニュー (月~金)

#### 鍋焼きうどん

半ライス付+100円

#### 490円

#### グリルランチ

#### 490円



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。

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までをお願い致します。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT (パック弁当)
-----	-----	-----	-----	-----	-------------

<p>2 <b>ステーキソースハンバーグ</b></p> <p>●和風パスタ●木目隠元和え ●ネギ塩もやし●ガロニ盛</p> <p><b>439kcal</b></p> <p>店長のおすすめ</p>	<p>3 <b>イカと野菜のカツ</b></p> <p>●肉野菜中華炒め●大根コロ煮 ●ツナサワークラフト●のり佃煮P</p> <p><b>352kcal</b></p>	<p>4 <b>味噌風味鶏の唐揚げ</b></p> <p>●クチャップオムレツ●味の花 ●筑前煮●若芽ナムル</p> <p><b>397kcal</b></p>	<p>5 <b>甘エビ香るクリームフライ</b></p> <p>●卵木目炒め●すき焼き風煮 ●シェルマカロニサラダ</p> <p><b>398kcal</b></p> <p>これはおいしい</p>	<p>6 <b>開きエビチリソースフライ</b></p> <p>●焼売野菜あん●ゆかり和え ●スモークチキン春雨炒め</p> <p><b>434kcal</b></p> <p>おすすめメニュー!</p>	<p>7 <b>おまかせメニュー</b></p>
<p>9 <b>名古屋名物味噌カツ</b></p> <p>●金平牛蒡●オクラ和え ●わさび漬P</p> <p><b>355kcal</b></p> <p>人気メニュー</p>	<p>10 <b>若鶏の西京焼</b></p> <p>●野菜ソテー●卵の花 ●巾着煮●シルバースラダ</p> <p><b>292kcal</b></p> <p>これはおいしい</p>	<p>11 <b>イタリアンソースメンチカツ</b></p> <p>●麻婆春雨●根菜味噌煮 ●マリネ●キムチもやし</p> <p><b>597kcal</b></p>	<p>12 <b>おろしポン酢鶏唐</b></p> <p>●タンドリーハム●酢味噌和え ●ニラもやし炒め●ピリ辛メンマ</p> <p><b>511kcal</b></p>	<p>13 <b>五目釜飯風ご飯</b></p> <p>●アジフライ●紅白なます ●ひじき煮●塩だれ野菜炒め</p> <p><b>548kcal</b></p> <p>おいしい釜めし!</p>	<p>14 <b>特製のり弁当</b></p>
<p>16 <b>のり塩風味ささ身揚げ</b></p> <p>●豆腐挽肉包み揚●切干し煮 ●みそマヨ隠元●根菜マリネ</p> <p><b>297kcal</b></p>	<p>17 <b>南瓜風味旨じゃがコロック</b></p> <p>●辛みそ野菜炒め●お好み焼 ●味付け竹の子●雷蒟蒻</p> <p><b>458kcal</b></p>	<p>18 <b>照りマヨソース鶏唐</b></p> <p>●炊合せ●キャベツマリネ ●五目金平●三色豆</p> <p><b>454kcal</b></p> <p>店長の一押し</p>	<p>19 <b>ジャンボ海老フライ</b></p> <p>●塩焼きそば●ピリ辛高菜 ●ポテトサラダ</p> <p><b>449kcal</b></p> <p>特別ご奉仕</p>	<p>20 <b>スパイス風味カレー春巻</b></p> <p>●中華野菜炒め●冬至かぼちゃ ●水餃子玉子あん●ラー油椎茸P</p> <p><b>361kcal</b></p>	<p>21 <b>おまかせメニュー</b></p>
<p>23 <b>昔ながらのハムカツ&amp;チーズオムレツ</b></p> <p>●蕨と蒟の和風煮 ●青梗菜炒め●柚子コンヤク</p> <p><b>272kcal</b></p>	<p>24 <b>X'masメニュー</b></p> <p>●フライドチキン●牛蒡煮 ●ビーフン炒め●梅しそオクラ</p> <p><b>454kcal</b></p> <p>注目度NO1!</p>	<p>25 <b>デモソースハンバーグ</b></p> <p>●コーンコロック●ナポリタン ●塩昆布キャベツ和え●サラダ</p> <p><b>556kcal</b></p> <p>おすすめメニュー!</p>	<p>26 <b>チンジャオロース風&amp;イカフライ</b></p> <p>●塩ちゃんこ煮●塩麴金平 ●青菜の白和え</p> <p><b>444kcal</b></p>	<p>27 <b>カレー包みメンチカツ</b></p> <p>●坦々春雨炒め●大根田楽 ●小松菜炒り煮●お豆サラダ</p> <p><b>470kcal</b></p> <p>人気メニュー</p>	<p>28 <b>おまかせメニュー</b></p>
<p>30 <b>年末休暇</b></p>	<p>31 <b>年末休暇</b></p>	<p></p> <p>品質保持のため、また季節柄、 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</p>	<p>※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。</p>		

※画像は全てイメージ画になります

※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