

June. 2025

6月 献立表

おいしさ “日本一” を目指して!

ifs 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

6月度月替わりメニュー (月~金)
とろろそば弁当 520円

冷し中華 520円 (大盛+30円)



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。

・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。

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT (パック弁当)
2 カニクリームコロッケ ●ロールキャバツ ●お豆サラダ ●笹垣牛蒡蒟蒻煮 ●オクラ和え 369kcal これはおいしい	3 つくね焼き オニオンソース ●野菜の天ぷら ●冷しうどん ●若芽ポン酢和え ●塩麹金平 285kcal	4 粒マスタードのベーコンフライ ●筑前煮 ●野菜のチャンプル ●春雨ナムル ●野沢菜和え 416kcal	5 自家製 鶏の唐揚げ ●韓国風チャブチエ ●ひじき煮 ●キムチもやし ●青菜和え 429kcal 自慢の味!	6 ワインソースハンバーグ ●ナポリタン ●ポテトサラダ ●隠元生姜和え ●ガロニ盛 425kcal 店長のおすすめ!	7 おまかせメニュー
9 大きなハムステーキ ●チキンカツ ●ぜんまい煮 ●ザワークラフトゆかり 301kcal 人気メニュー	10 カレー ラビオリ ●豚と木目坦々中華炒め ●大根大豆煮 ●根菜マリネ 427kcal	11 自家製 鶏の唐揚げ ●山海含め煮 ●洋風ソテー ●マカロニサラダ ●隠元和え 397kcal 自慢の味!	12 和風あんかけ WEビフライ ●塩焼きそば ●キャバツマリネ ●菜の花辛し和え 409kcal	13 鶏五目ご飯 ●中華野菜炒め ●昆布豆 ●白身フライ ●巾着と野菜煮 349kcal おいしい炊込み!	14 おまかせメニュー
16 旨辛ソースメンチカツ ●おでん ●茄子の生姜浸し ●五目金平元 ●オクラドレ和え 480kcal 店長の一押し	17 豚ロース生姜焼 ●肉と蓮根炒め ●フレーク煮 ●五目卵の花 ●はりはり漬 386kcal	18 かに玉 甘酢あん ●ソースコロッケ ●和え物 ●ビーフンソテー ●わさび漬 441kcal	19 肉団子カレーソース & 中華春巻 ●ワインナー野菜炒め ●雷蒟蒻 ●メンマ和え 398Kcal これはおいしい	20 のり塩風味チキンカツ ●麻婆ナスソテー ●根菜煮 ●オニオンマリネ ●野沢菜のりP 449kcal	21 おまかせメニュー
23 名古屋名物 味噌カツ ●牛蒡と蒟蒻山菜煮 ●ネギ塩もやし ●なすピーマン炒め 399kcal	24 シャリアビンソースハンバーグ ●フィッシュフライ ●味付筍 ●和風パスタ ●酢味噌若芽 438kcal 人気メニュー	25 ミートソース オムレツ ●カレーコロッケ ●五目豆 ●春雨と青菜ソテー ●梅和え 502kcal 店長のおすすめ!	26 自家製 鶏の唐揚げ ●水餃子南蛮あん ●切干し煮 ●青菜胡麻和え ●サラダ 428kcal 自慢の味!	27 カレー包みメンチカツ ●豚野菜オイスター炒め ●炊合せ ●タイ風サラダ 470kcal	28 おまかせメニュー
30 ホタテ風味クリームコロッケ ●ほうれん草平焼 ●玉コン煮 ●竹の子金平 ●春雨サラダ 415kcal これはおいしい					

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

※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。

※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

※画像は全てイメージ画になります