

July.2026

7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>



今が旬!

冷しうどん & いなり寿司
520円
冷し中華
520円
(大盛+30円)

7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、360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までにお願ひ致します。

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

6 **ワインソース
ハンバーグ**
●目玉焼風オムレツ●パスタ
●ネギ塩もやし●胡麻和え
395kcal

7 **Wiヒレカツ
& カレー**
●キャベツゆかり和え
●ピリ辛高菜
369kcal

8 **野菜オイスター炒め
& アジフライ**
●大根コロ煮●玉子サラダ
●茄子の生姜浸し
402kcal

9 **厚切り
ハムカツ**
●炊合せ●笹子莼菹和風煮
●五目豆●はりはり漬
407kcal

10 **鶏の唐揚げ**
●キャベツとニラツバ炒め
●ひじき煮●メンマ中華和え
446kcal

11 **おまかせメニュー**

13 **トマトソース
爆弾メンチカツ**
●オムレツ●バジルパスタ
●隠元生姜和え●塩麹金平
568kcal

14 **白身フライ &
辛みそ野菜炒め**
●すき煮●野菜菜のりP
●ほうれん草ピーナツ和え
329kcal

15 **二層ブラック
カレーフライ**
●筑前煮●ビーフン炒め
●オクラ山葵和え●卵の花
361kcal

16 **ジャンピョンソース
ハンバーグ**
●ガロニ盛●キャベツマリネ
●スモークチキン野菜炒め
422kcal

17 **粒マスタード
クラッシュ/ハムカツ**
●お好み焼●ゴーヤチャンプル
●紅白なます●味の花
401kcal

18 **おまかせメニュー**

20 **海の日**

21 **ペッパーハムステーキ
& 牛肉コロッケ**
●三色金平●味付竹の子
●梅しそ隠元和え
405kcal

22 **チリソース
Wiヒフライ**
●焼きそば●三色豆
●コーンとザワークラフト
420kcal

23 **鶏の唐揚げ**
●ベーコン春雨炒め●切干し煮
●マカロニサラダ●オクラ和え
417kcal

24 **メンチカツ**
●坦々野菜炒め●巾着煮
●根菜マリネ●青菜和え
392kcal

25 **おまかせメニュー**

27 **ごま入
味噌カツ**
●牛蒡和風炒め●大根さつま煮
●ポテサラ●菜の花辛し和え
407kcal

28 **南蛮ソース
揚げ餃子**
●肉野菜麻辣炒め●露土佐煮
●紫芽春雨和え●昆布豆
329kcal

29 **カレーソース
ハンバーグ**
●ペペロンチーノ
●マリネ●キムチもやし
393kcal

30 **ベーコンキャベツカツ
& 枝豆ふわふわ豆腐**
●たけのこ春雨中華炒め
●雷菹和風のサラダ
438kcal

31 **天ぷら盛
(白身、野菜)**
●蓮根野菜炒め●ひじき煮
●若芽ナムル●ワサビ漬けP
298kcal

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