

September.2026

9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>



大好評!

冷し中華 520円
(大盛+30円)

冷しうどん&そば 520円

9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、340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までお願い致します。

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT (パック弁当)

注) 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

※画像は全てイメージ画になります

1 **日エビ入り
クリームコロッケ**
●焼売大中華あん●青菜和え
●山海含め煮●ネギ塩もやし
413kcal

2 **辛口回鍋肉
&イワシの梅肉大葉**
●すき煮●野沢菜和え
●ラー油椎茸カップ
327kcal

3 **自家製
鶏の唐揚げ**
●魔婆春雨●オクラ梅和え
●ひじき煮●ピリ辛高菜
426kcal

4 **タリタリ付
白身フライ**
●焼豚入り野菜味噌炒め
●焼きそば●隠元和え●マリネ
472kcal

5 **おまかせメニュー**

7 **カレーソース
ハンバーグ**
●ミニメンチ●お豆サラダ
●野菜添え●ナス生姜浸し
448kcal

8 **W
エビフライ**
●酢豚風●ポテトサラダ
●キャベツマリネ
450kcal

9 **真鯛と豆腐の
ふわわりバーグ**
●洋風野菜炒め●タイ風サラダ
●蓮根フレーク煮●塩麹金平
319kcal

10 **ベーコン
クランチカツ**
●巾着と野菜煮●紅白なます
●焼肉風チャプチェ●のりP
394kcal

11 **照焼チキン
ステーキ**
●コーンフライ●はりはり漬
●ツナゴーヤチャンプル
451kcal

12 **おまかせメニュー**

14 **濃厚トマトフライ
&水餃子**
●五目金平●筍やわらか煮
●ほうれん草ピーナッツ和え
416kcal

15 **醬汁セレクト
ハンバーグ**
●和風パスタ●酢味噌わかめ
●キムチもやし●ガロニ盛
379kcal

16 **豚コース
BBQソース焼**
●野菜炒め●メンマ中華和え
●炊合せ●ザワークラフト
488kcal

17 **ソース
イカ野菜カツ**
●筑前煮●ビーフンソテー
●マリネ●オクラ和え
369kcal

18 **自家製
鶏の唐揚げ**
●野菜インド風炒め●サラダ
●切干し煮●柴若芽春雨和え
476kcal

19 **おまかせメニュー**

21 **敬老の日**

22 **国民の休日**

23 **秋分の日**

24 **豆腐挽肉包み焼
&牛肉コロッケ**
●笹牛蒡和風煮●卵の花
●菜の花辛し和え
358kcal

25 **トマトソース
俵メンチ**
●フチオムレツ●お浸し
●ポテトサラダ●大根コロ煮
494Kcal

26 **おまかせメニュー**

28 **カニクリームコロッケ
&ハムチーズニング焼**
●落とぜんまい炒り煮
●ナス中華和え●オクラ和え
394kcal

29 **ステーキソース
ハンバーグ**
●ナポリタン●三角春巻
●ゆかり和え●ワサビ漬P
361kcal

30 **厚切り
イカフライ**
●竹の子麻辣炒め●切干し煮
●若芽のナムル●五目豆
431kcal

※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。

※お米は国産米を使用します

※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。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