

November.2025

11月 献立表

おいしさ “日本一” を目指して!

(有) **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>



MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT (パック弁当)

新登場!

鍋焼きうどん
#ライス付+120円
520円
グリルランチ
520円

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

11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までをお願い致します。

※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。

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

※画像は全てイメージ画になります

1 おまかせメニュー

3 文化の日

4 トマトソース
ハンバーグ

●ガロ二盛 ●隠元みそマヨ
●和風パスタ ●塩麹金平

483kcal

店長の
おすすめ!

5 十勝産
ポテトコロッケ

●肉もやし中華炒め ●味の花
●大根味噌煮 ●青菜白和え

482kcal

6 鶏の唐揚げ

●韓国風チャブチェ ●高菜漬
●笹牛蒡山椒煮 ●ネギ塩もやし

443kcal

7 金沢ビーフ
カレーフライ

●坦々中華炒め ●筑前煮
●酢味噌若芽 ●卵の花

426kcal

これは
おいしい!

8 おまかせメニュー

10 みそソース
トンカツ

●ひじき煮 ●五目豆
●オクラの和え物

444kcal

人気メニュー

11 海老クリーム
コロッケ

●おでん ●辛みそ野菜炒め
●春雨サラダ ●菜の花和え

421kcal

今月の
おすすめ!

12 タルタル付
フライドチキン

●五目金平 ●切り干し大根煮
●ポテトサラダ ●マリネ

422kcal

店長の
一押し!

13 餃子メンチカツ
& ハムステーキ

●インド風ビーフン炒め
●隠元生姜和え ●山葵漬HP

414kcal

14 油淋ソース
鶏の唐揚げ

●チンジャオ風 ●お好み焼
●柚子蒟蒻 ●フレーク和え

517kcal

15 おまかせメニュー

17 BBQソース
ハンバーグ

●コーンコロッケ ●玉コン煮
●ナポリタン ●根菜マリネ

476kcal

人気メニュー

18 うす衣ハムカツ
& クチャップオムレツ

●隠元と牛蒡和風炒め
●メンマ中華和え ●野沢菜のりP

344kcal

19 豚ロース
焼肉風

●白身フライ ●サラダ
●もやしと蓮根炒め ●三色豆

515kcal

ボリューム!

20 カレーソース
豚カツ

●大根金平 ●オクラドレ和え
●茄子の辛子P

314kcal

イタオシ!

21 チーズ
チキンカツ

●玉子と木目オイスター炒め
●オニオンソース焼売 ●マリネ

446kcal

22 おまかせメニュー

24 勤労感謝の日
(振替休日)

25 マスタード風味
クラッシュハムカツ

●ほうれん草平焼 ●根菜煮
●ナス味噌炒め ●野沢菜

431kcal

26 マヨ付
鶏の唐揚げ

●麻婆春雨 ●若芽ナムル
●木目隠元和え ●巾着煮

460kcal

人気メニュー

27 カニクリーム
コロッケ

●焼きそば ●山海含め煮
●紅白なます ●玉子サラダ

437kcal

28 エビフライ
和風卵とじ

●こらもやしピリ辛炒め
●キャベツゆかり和え ●サラダ

394kcal

これは
おいしい!

29 おまかせメニュー

※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