2025.10

FRESH LUNCH 39

素材や栄養バランスにこだわった日替わりのお弁当をお届け!

月	火	水	木	金

760kcal
1 豚肉生姜炒め
かぼちゃコロッケ／カリフラワー甘酢和え

644kcal
2 Wエビフライ弁当
ゴマドレサラダ／もやしオイスター炒め

671kcal
3 ヒレカツ＆串カツ ／大根旨煮

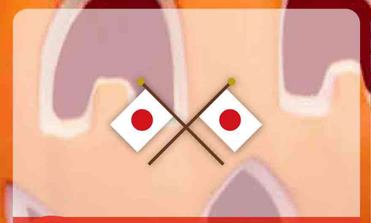
762kcal
6 メンチカツ
ブロッコリーサラダ／八宝菜

7

806kcal
8 マス塩焼き
お好みかき揚げ／ひじき煮

718kcal
9 トンカツ
春雨サラダ／じゃが芋トマト煮

720kcal
10 アジフライ
竹の子韓国風炒め／棒棒鶏風和え


13 スポーツの日

651kcal
14 チキンカツ サルサソース
金平ごぼう／里芋味噌煮

726kcal
15 豚肉南部唐揚げ
フレンチサラダ／もやし旨塩炒め

824kcal
16 ハンバーグ デミソース
エビカツ／大根サラダ

695kcal
17 厚切りハムカツ
白菜酢味噌和え／刻み昆布煮

735kcal
20 ササミフライ
彩りカレー／ひじきサラダ

741kcal
21 海鮮ミックスフライ
手作りタルタルソース／青菜ピーナッツ和え

641kcal
22 肉団子の黒酢酢豚風
カニクリームコロッケ／れんこんバジルソテー

786kcal
23 鶏唐揚げ
肉じゃが／きのこサラダ

831kcal
24 サバ照り焼き
大根オイスターソース炒め／キャベツ辛子和え

712kcal
27 オムレツ トマトバジルソース
ハムサラダフライ／たけのこ金平

763kcal
28 ハンバーグ シャリアピンソース
目玉焼きフライ／ほうれん草バターソテー

686kcal
29 鶏スパイシー焼き
玉ねぎマリネ／こんにゃく旨煮

807kcal
30 チーズメンチカツ
海鮮磯辺串フライ／ビーフンソテー

31

こだわりメニュー

今月のオススメ

ご当地メニューの日 7(火)

唐揚げに甘酢あんと
タルタルソースを
たっぷりとかけました。
食べ応えのある一品です♪

宮崎県ご当地メニュー
チキン南蛮タルタル
オクラおかか和え／きのこバターソテー
860kcal

おすすめメニューの日 31(金)

ハロウィンメニューの日

卵のふんわり感と
出汁のしみたトンカツのマッチが
たまらない美味しさに!
ぜひお召し上がりください。

カツ丼風煮
692kcal

あ! 見つけてラッキー!!
THANK YOU TICKET
お弁当のふたを開けて見つけてみて!
サンキューチケットが入っていたアナタはラッキー!!

サンキューチケットと引き換えでプレゼント

47都道府県から1つ1つ厳選された一押しグルメを掲載!
グルメカタログ「選べる47都道府県」
●サンキューチケットが入っていた場合 5日以内 に配達員またはご利用店舗までお申し出ください。●詳しくはホームページをご覧ください。
※掲載の写真はイメージです。
※商品は予告なく変更になる場合がございます。ご了承ください。

プレゼント引換券 THANK YOU TICKET

フレッシュランチ39公式ホームページ「美味しいねっと!」をチェック!
http://www.lunch.co.jp 美味しいねっと

お弁当に関する注意事項

●土曜日は当社自慢の内容でお届けいたします。
●お届けするお弁当は、食品衛生上涼しい場所に置き、なるべく当日の13時までを目安にお召上がりください。
●材料入手の関係で、メニューや栄養価が一部変わることがありますのでご了承ください。
●衛生上、お届けにはシートを使用しております。地域によって容器が異なる場合がございます、また容器の回収は翌日になる場合もございます。
●掲載されている数値は「日本食品標準成分表」に基づいた当社推定値であり目安として表示しております。
●カロリーはおかずとご飯約220g(約345㎉)を設定した数値で表示しております。
●アレルギー対応はおこなっておりません。
●容器及びシートはレンジ非対応のため、電子レンジでの加熱はご遠慮ください。
※メニュー表の記事・写真などの無断転写・複製・転載を禁じます。

本部／(株)サンキューオールジャパン
〒950-0868 新潟県新潟市東区紫竹卸新町1808番地36
お問い合わせ(Eメール)／all_japan@lunch.co.jp

都合により、当店オリジナルメニューに変更する日がある場合がございます。変更後のメニューは、事前にお知らせいたします。お楽しみに!