2026. 3

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
2 メンチカツ わかめサラダ／わらび煮 808kcal	3 鶏肉照り焼き 枝豆かき揚げ／コールスローサラダ 873kcal	4 アジフライ 手作りタルタルソース／白菜煮浸し 710kcal	5 豚肉南部唐揚げ ほうれん草お浸し／金平ごぼう 635kcal	6 肉団子の黒酢酢豚風 ヒレカツ／きのこ辛子和え 631kcal
9 39の日(サンキュー) チーズinハンバーグ&エビフライ	10 ハムカツ 竹の子甘辛煮／小松菜生姜醤油和え 694kcal	11 鶏唐揚げ キャベツ韓国風炒め／ポテトサラダ 804kcal	12 カツ丼風煮 山菜煮／海藻サラダ 674kcal	13 マスマヨネーズ焼き 野菜コロッケ／筑前煮 741kcal
16 ササミフライ 春雨サラダ／白菜炒め 646kcal	17 肉じゃがコロッケ インゲンピリ辛味噌炒め／五目巾着煮 775kcal	18 豚肉生姜炒め 目玉焼きフライ／和風ツナサラダ 629kcal	19 エビカツ チリマヨソース 串カツ／大根ゴマクリーミーサラダ 881kcal	20 春分の日
23 オムレツ ミートソース ハムサラダフライ／キャベツ甘酢炒め 722kcal	24 生姜和風ハンバーグ 白菜コンソメ炒め／クリームコロッケ 800kcal	25 トンカツ メンマ炒り煮／ピーマンソテー 662kcal	26 ご当地メニュー 大分県 とり天	27 海鮮ミックスフライ カニシュウマイ／切干大根煮 702kcal
30 ヒレカツ 白菜しぐれ煮／ブロッコリーサラダ 747kcal	31 鶏肉香草焼き 大根塩金平／さつまいもレモン煮 745kcal			

こだわりメニュー

今月のオススメ

39の日(サンキュー) 9日

いつもご利用いただき
ありがとうございます。
3月9日はサンキューの日として、
日頃の感謝を込めた
人気のメニューにしました。

チーズinハンバーグ&エビフライ 714kcal

ご当地メニューの日 26木

鶏肉に衣をつけて揚げた
大分県の郷土料理。特製スープをかけて、
さっぱりといただけるとり天です♪

大分県ご当地メニュー

とり天 796kcal

じゃが芋明太炒め／揚み昆布煮

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

プレゼント引換券

47都道府県から1つ1つ厳選された一押しグルメを満載!
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 **当選** に応募者全員にご利用方法などをお知らせいたします。●詳しくはホームページをご覧ください。
※商品のご写真はイメージです。
※商品がやむなく変更になる場合がございます。ご了承ください。

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

●上段には紙仕様の内容でお届けいたします。
●お渡しするお弁当は、食品衛生上適しい場所に置き、なるべく当日の13時までを目安にお召し上がり下さい。
●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。
●梱包上、お渡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。
●掲載されている価格は「日本食品標準成分表」に基づいた当社推定値で表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220g(約345g)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。
●合成ラベル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・写真などの無断掲載・複製・転載を禁じます。

本部／(株)サンキューオールジャパン
〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1-10-8渋谷道玄坂ビル
お問い合わせ先(メール)／all_japan@lunch.co.jp

フレッシュランチ39

場合により、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!