

# 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



737kcal

1 チキンカツ  
人参マリネ/刻み昆布煮



822kcal

2 肉じゃがコロック  
ゴマヨサラダ/ぜんまい煮



788kcal

3 アジフライ  
野菜炒め/わかめサラダ



新メニュー

4

豆腐ハンバーグ  
梅照り焼き  
ソース



711kcal

5 豚肉磯辺唐揚げ  
じゃがいもカレーソーテ/ブロッコリーごま和え



725kcal

8 メンチカツ  
アスパラサラダ/金平ごぼう



683kcal

9 鶏唐揚げ レモン甘酢たれ  
白滝真砂和え/竹の子おかか煮



602kcal

10 麻婆豆腐  
かぼちゃノードル/メンマ炒め



713kcal

11 おろしトンカツ  
もやし辛子和え/大学芋



687kcal

12 のり弁風  
白菜サラダ/玉子平焼き



743kcal

15 ササミフライ  
ひじき煮/ほうれん草酢味噌和え



742kcal

16 ハンバーグ デミソース  
カニクリームコロッケ/いんげん生姜醤油和え



715kcal

17 ハムカツ  
キャベツごま和え/きのこ中華炒め



646kcal

18 ヒレカツ  
& 豚串カツ /大根サラダ



734kcal

19 鶏肉ピザソース焼き  
コロック/なめ茸



799kcal

22 マス利休焼き  
肉団子甘酢あんからめ/ピーマンソーテ



今月の  
おすすめメニュー

23

W  
エビフライ  
弁当



728kcal

24 カツカレー  
ごぼうサラダ/キャベツソーテ



752kcal

25 鶏唐揚げ  
マゼドアンサラダ風/もやし味噌炒め



666kcal

26 プルコギ風  
ツナマヨフライ/若竹煮



710kcal

29 オムレツ トマトソース  
ハムサラダフライ/かぼちゃサラダ



718kcal

30 チーズメンチカツ  
& アジ味鱧干しフライ/切干大根煮

## こだわりメニュー 今月のオススメ

新メニュー  
4 木

793kcal



豆腐ハンバーグ  
梅照り焼きソース

目玉焼きフライ/春雨ハンサンスー

初夏に嬉しい  
さっぱり仕立て。  
梅香る照り焼きソースを  
かけた豆腐ハンバーグは  
いかがでしょうか。

おすすめ  
メニューの日  
23 火

719kcal



WEビフライ弁当

タルタルソース/白菜ポン酢和え

エビフライは1900年頃に  
東京・銀座にある洋食屋で  
生まれました。  
今や老若男女が  
大好きな一品♪

あ！  
**鬼っけてラッキー!!**  
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  
入っていたあなたはラッキー!!**

サンキューチケットと引き換えにプレゼント  
47都道府県から1つず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 **6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。

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。
- 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。
- カロリーはおかずごと約220g(約345kcal)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!