



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



6 肉じゃがコロケ
ハヤシチュー/肉野菜巻き



7 トンカツ
大根韓国風煮/ビーンズサラダ



13 メンチカツ
コールスローサラダ/ほうれん草ソテー



14 油淋鶏
竹の子塩金平/刻み昆布煮



20 海の日



21 ハムサラダフライ&
野菜ロールフライ/チンゲン菜味噌炒め



27 ぶりっとエビカツ
&ヒレカツ/中華旨煮



28 煮込みデミハンバーグ
カニクリームコロッケ/わかめ酢の物



1 麻婆豆腐
春巻き/れんこんサラダ



8 アジフライ
&イカ寄せフライ/わかめ肉和え



15 マス味噌焼き
枝豆かき揚げ/ピーマンソテー



22 タンドリーチキン
もやしの塩ナムル/大根旨煮



29 豚肉生姜炒め
かぼちゃノーデル/ツナサラダ



2 ササミフライ
海藻サラダ/野菜炒め



9 ハンバーグ トマトソース
ハムクラシックカツ/人参ピーナツ和え



16 W エビフライ
弁当



23 トンカツ ねぎ塩たれ
里芋煮/ひじきサラダ



30 鶏唐揚げ
キャベツ昆布和え/カリフラワートマト煮



3 ハムカツ
小松菜ピリ辛炒め/もやし甘酢和え



10 青森県
豚肉南部唐揚げ



17 チキンカツ
肉シュウマイ/笹がきごぼう煮



24 白身魚フライ
フィッシュソーセージ/五目旨塩炒め



31 チーズメンチ
じゃが芋甘辛煮/白菜韓国風炒め

こだわり
メニュー

今月のオススメ

ご当地
メニュー
10



岩手県と青森県に
またがる南部地方が
ごまの名産地であることから
南部揚げと呼ばれています。
ごまの風味が食欲そそる逸品
お召し上がりください。

青森県ご当地メニュー

豚肉南部唐揚げ

メンマ味噌炒め/白菜ポン酢和え

おすすめ
メニューの日
16



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♪

Wエビフライ弁当

カレー/キャベツ中華炒め

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
入っていたアナタはラッキー!!

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
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

- 仕入れ日は当日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。
- カロリーはおかずとご飯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。

フレッシュランチ39

本部/(株)サンキューオリジナルジャパン
〒950-0868 新潟県新潟市東区桑野新町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!