

2024.  
4

# 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!

こだわりメニュー

## 今月のオススメ

おすすめ  
メニューの日  
11

お弁当で大人気のエビフライ♪  
手作りタルタルソースでお召し上がりください。

### Wエビフライ弁当

手作りタルタルソース/肉だんご

834kcal

ご当地  
メニューの日  
25

ザンギは食材に下味をしっかりつけ、  
通常の唐揚げよりも少し濃いめの味に仕上げます。  
しっかりと味を染み込ませた逸品です!

北海道ご当地メニュー

### 鶏ザンギ

カリフラワーサラダ/竹の子ピリ辛炒め

801kcal

あ!  
鬼っけて  
ラッキー!!  
THANK YOU TICKET

サンキューチケットと引き換えにプレゼント



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!!

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240g(約380㎖)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。



## 上越店

〒942-0146 新潟県上越市頸城区下吉77-10  
(新潟県南産業団地内)

TEL (025) 543-6446(代)  
FAX (025) 544-7313

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!

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

月



755kcal

1 チーズメンチカツ &串カツ/インゲンピリ辛炒め

火



855kcal

2 アジフライ タルタルソース 肉じゃが/キャベツカレーソテー

水



772kcal

3 鶏肉BBQ焼き メンマ炒り煮/わかめサラダ

木



747kcal

4 厚切りハムカツ シチュー/金平ごぼう

金



736kcal

5 豚肉生姜炒め 玉子フライ/大根サラダ



649kcal

8 ヒレカツ &オムレツ/もやしゆかり和え



867kcal

9 鶏唐揚げ 白菜黒胡椒炒め/わらび煮



840kcal

10 サーモン照り焼き ひじき煮/イタリアンサラダ



11 Wエビフライ弁当



742kcal

12 カツ丼風煮 シーザーサラダ/根菜煮



656kcal

15 回鍋肉 春巻き/ポテトサラダ



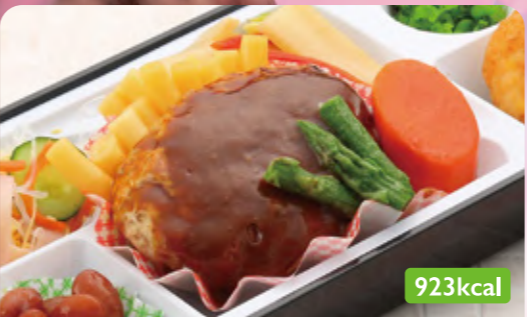
770kcal

16 メンチカツ フレンチサラダ/こんにゃく旨煮



677kcal

17 おろしチキンカツ 大根ナムル/れんこんバジルソテー



923kcal

18 煮込みハンバーグ クリームフライ/春雨パンサンスー



785kcal

19 白身魚の甘酢あんかけ ほうれん草玉子平焼き/中華炒め



771kcal

22 トンカツ 刻み昆布煮/チンゲン菜オイスター炒め



731kcal

23 ミックスフライ カレー/白菜ごま味噌和え



917kcal

24 鯖みそ煮 焼きつくね/マカロニサラダ



25 北海道鶏ザンギ



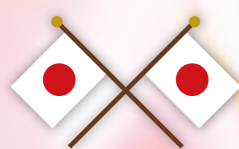
762kcal

26 ラビオリ トマトソース 豚丼風煮/ごぼうサラダ



830kcal

30 ハンバーグ ドミソース ハムクラッチカツ/れんこん金平



29 昭和の日