

2020
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



869kcal

5 鯖竜田揚げ 甘酢あん
ぜんまい煮/高菜炒め



744kcal

6 メンチカツ
かぼちゃ煮 和風あん/金平ごぼう



686kcal

12 チキンカツ
根菜煮/人参サラダ



754kcal

13 豚肉生姜焼き
中華旨煮/クリームフライ



780kcal

19 ハンバーグ トマトソース
白菜スープ煮/ザーサイ中華炒め



808kcal

20 スパイシーチキン
コロケ/切干大根煮



900kcal

26 鶏唐揚げ ユーリンあん
ひじき煮/メンマ炒め



625kcal

27 麻婆豆腐
オイスター炒め/れんこんカレーソーテ



青森
バラ焼き風

ご当地メニュー
7



830kcal

14 厚切りハムカツ
大根ピリ辛みそ金平/チヂミ



787kcal

21 天ぷら盛り合わせ
ホッケ塩焼き/春雨酢の物



815kcal

28 ぶり照り焼き
チリソース煮/肉団子



639kcal

1 あんかけ焼きそば
春巻き/ピリ辛こんにゃく



922kcal

8 鶏肉磯辺揚げ
大根あざり煮/ブロッコリーお浸し



839kcal

15 マス塩麴焼き
かき揚げ/マカロニサラダ



816kcal

22 カツ丼風煮
竹の子煮/白菜ごま和え



865kcal

29 チーズメンチカツ
串カツ/肉じゃが



790kcal

2 煮込みハンバーグ
もやしカレーソーテ/シーザーサラダ



707kcal

9 アジフライ
チンゲン菜ソーテ/里芋うま煮



740kcal

16 エビフライ
タルタルソース/刻み昆布煮



780kcal

23 さば味噌煮
ギョーザフライ/きのこソーテ



780kcal

今月のおすすめ
メニュー
30

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 (水)

玉ねぎと豚肉を醤油ベースの
甘辛いタレでからめ炒めた
青森県のご当地グルメ。
ご飯によく合い、食欲をそそります。

青森県ご当地メニュー

バラ焼き風

サンマ塩焼き/ツナじゃが煮

785kcal

おすすめ
メニューの日
30 (金)

とろ～りなオムレツとケチャップの酸味が
共に楽しめる、相性バッチリな一品です。

とろ～りオムレツ

白菜ソーテ/ソーセージ天ぷら

619kcal

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【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。

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。
- カロリーはおかずとご飯約250g(約400kcal)を設定した数値で表示しております。
- アレルギー対応はございません。
- 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)サンキューオリジナルジャパン
〒950-0868 新潟県新潟市東区紫竹新町1808番地36
お問い合わせ(Eメール)/all_japan@lunch.co.jp

上越店

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

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

都により、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!