

2021
1

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

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願い申し上げます
年始の営業につきましては、ご利用加盟店へお問い合わせください。

854kcal

4

クノードフライ
きのこソテー／ポテトサラダ

764kcal

5

鮭塩焼き
マーボー春雨／白菜サラダ

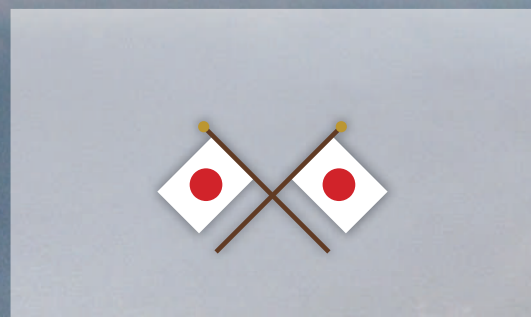
798kcal

6

メンチカツ
小松菜ごま和え／メンマ炒め新潟
カレー鶏唐揚げご当地メニュー
7

721kcal

8

あんかけ焼きそば
串カツ／ひじき煮

11

成人の日



900kcal

12

ハンバーグ トマトソース
山菜炒り煮／コールスローサラダ

769kcal

13

海鮮ミックスフライ
シチュー／インゲン黒胡椒炒め

839kcal

14

カツ丼風煮
キャベツ甘酢和え／チヂミ

855kcal

15

鶏塩麹焼き
ブロッコリーサラダ／白滝炒り煮

800kcal

18

アジフライ
根菜甘辛煮／春雨中華サラダ

880kcal

19

鶏からあげ ユーリンあん
青菜ごまみそ和え／ぜんまい煮とろ～り
オムレツ今月のおすすめ
メニュー
20

692kcal

21

さば味噌煮
春巻き／オニオンソテー

820kcal

22

エビフライ
タルタルソース／チンゲン菜炒め

778kcal

25

すき焼き風煮
大根カレー金平／もやし甘酢和え

820kcal

26

厚切りハムカツ
スパイシーポテト／マカロニサラダ

813kcal

27

煮込みハンバーグ
白菜オイスター炒め／ゴボウサラダ

713kcal

28

タラ天ぷら 野菜甘酢あん
青菜ナムル／サイコロこんにゃく煮

747kcal

29

チキンカツ
スパサラダ／きのこ炒り煮

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 (木)新潟のB級グルメ!
カレー粉をまぶして揚げた
スパイシーな唐揚げは、
ご飯によく合い食欲をそそります。

新潟県ご当地メニュー

カレー鶏唐揚げ

れんこんバジルソテー／大根サラダ

897kcal

おすすめ
メニューの日
20 (水)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

切干大根煮／ギョーザフライ

647kcal

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

引換券
プレゼント
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!!
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
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「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

上越店

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

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