

2022
6

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 厚切りハムカツ
刻み昆布煮／カリフラワーサラダ



7 鯖ピリ辛焼き
サウザンサラダ／大根金平



13 鮭塩麹焼き
コロッケ／青菜ソテー



14 チキンカツ
玉子焼き／シーザーサラダ



20 煮込みハンバーグ
わかめ中華和え／たけのこ土佐煮



21 天ぷら盛り合わせ
麩としいたけの煮しめ／アスパラサラダ



27 キャベツメンチカツ



28 豚肉生姜炒め
青菜のピーナッツ和え／きんちゃく煮

今月の
おすすめメニュー

27

キャベツメンチカツ



1 アジフライ
棒々鶏風和え／ピーマンソテー



2 麻婆豆腐
ホッケ塩焼き／れんこんサラダ



8 鶏肉BBQ焼き
洋風炒め／ごぼうサラダ



9 白身魚天 甘酢あんかけ
チヂミ／菜の花辛子和え



3 岡山県
デミカツ



10 ハンバーグ トマトソース
イカフライ／ポテトサラダ



15 肉団子 酢豚あん
串カツ／山菜炒り煮



16 エビフライ
野菜炒め／白菜煮浸し



17 ポークソテー
春巻き／大根スープ煮



22 とろ〜りオムレツ
カニクリームコロッケ／春雨サラダ



23 鶏唐揚げ
ツナじゃが煮／キャベツ甘酢和え



24 さばみそ煮
ハムチーズフライ／もやしナムル



29 鮭利久焼き
手作りかき揚げ／海藻サラダ



30 海鮮ミックスフライ
カレー／キャベツのおかか和え

このわりメニュー

今月のオススメ

ご当地メニューの日
3 金

岡山県名物グルメ「デミカツ丼」！
ご飯の上にトンカツをのせ、
デミグラスソースをかけた丼料理です。

岡山県ご当地メニュー
デミカツ
野菜カレー炒め／ぜんまい煮

853kcal

おすすめメニューの日
27 月

メンチカツの中に刻まれたキャベツが入っており、
肉の旨味とキャベツの食感が絡み合う一品です！

キャベツメンチカツ
ひじき煮／大根サラダ

890kcal

あ！
鬼つけてラッキー!!
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！