

2026.

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、ご利用店舗へお問い合わせください。



704kcal

5

チキンカツ

里芋煮／大根甘酢和え



699kcal

6

のり弁風

キャベツサラダ／金平ごぼう



730kcal

7

オムレツ ミートソース

肉団子あんからめ／もやし黒胡椒炒め



773kcal

8

鶏からあげ 旨塩たれ

ブロッコリーサラダ／いんげんバターソテー



611kcal

9

豚串カツ

&エビカツ／かぼちゃクリーム煮



12

成人の日



13

煮込みデミハンバーグ



633kcal

14

アジフライ

ひじきサラダ／竹の子ピリ辛炒め



711kcal

15

カツ丼風煮

もやしソテー／ほうれん草サラダ



745kcal

16

タンドリーチキン

きのこイタリアンサラダ／白菜ソテー



778kcal

19

メンチカツ

青菜生姜炒め／カリフラワートマト煮



799kcal

20

油淋鶏

キャベツコンソメ煮／ごま味噌和え



814kcal

21

マス味噌焼き

お好みかき揚げ／刻み昆布煮



710kcal

22

Wエビフライ弁当

手作りタルタルソース／和風サラダ



732kcal

23

ハムカツ

海鮮シュウマイ／カレー



664kcal

26

すき焼き風煮

サワラ大葉フライ／人参ピーナッツ和え



27

ササミフライ



718kcal

28

白身魚天 甘酢あん

肉じゃが／ごぼうサラダ



806kcal

29

ハンバーグ ドミソース

コールスローサラダ／カニクリームコロッケ



632kcal

30

ササミフライ

もやし韓国風炒め／ひじき煮

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
13火大人気のハンバーグを風味豊かな
デミグラスソースで煮込みました。
是非お召し上がりください。

煮込みデミハンバーグ

目玉焼きフライ／大根旨煮

802kcal

ご当地
メニューの日
27火甘辛の醤油たれを
オリジナルソースで再現した
当社自慢の一品です!

新潟県ご当地メニュー

タレカツ

春雨サラダ／切干大根煮

716kcal

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

- 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

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