

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 **トンカツ**
オクラおかか和え/笹がきごぼう煮



7 **鶏唐揚げ**
サウザンサラダ/フキ炒め



8 **アジフライ&イカ寄せフライ**/大根味噌煮



9 **ポテサラハンバーグ**
カニクリームコロッケ/玉ねぎスープ煮



10 **ササミフライ**
菜の花お浸し/白滝真砂煮



13 **ヒレカツ**
肉シュウマイ/わかめ酢の物



14 **エビフライ&白身フライ** /三色金平



15 **鶏肉スパイシー焼き**
野菜コロッケ/小松菜バターソテー



16 **メンチカツ**
ツナサラダ/中華旨煮



17 **マス塩焼き**
枝豆かき揚げ/春雨サラダ



20 **ハムカツ**
かぼちゃサラダ/竹の子土佐煮



21 **煮込みデミハンバーグ**
ミートクノーデル/大根サラダ



22 **カツ丼風煮**
ひじき煮/もやしオイスター炒め



23 **宮崎県
チキン
南蛮
タルタル**



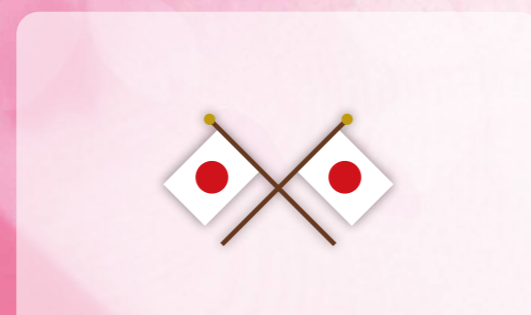
24 **豚肉生姜炒め**
じゃが芋トマト煮/目玉焼きフライ



27 **アジ味佃干しフライ**
キャベツ中華炒め/刻み昆布煮



28 **チキンカツ**
ブロッコリーサラダ/いんげん炒り煮



29 **昭和の日**



30 **オムレツ トマトソース**
ハムサラダフライ/白菜洋風煮

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 **2** 木

690kcal

大人気の定番弁当!
エビの旨味を閉じ込めた逸品、ぜひお召し上がりください。

Wエビフライ
ひじきサラダ/野菜炒め

ご当地メニューの日 **23** 木

893kcal

唐揚げに甘酢あんとなつたタルタルソースをたっぷりかけました。2つのソースの相性はバツグン! 食べ応えのある一品です♪

宮崎県ご当地メニュー
チキン南蛮タルタル
ほうれん草酢味噌和え/根菜煮

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 6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がございます。
- 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

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

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!