

2024.  
7

# FRESH LUNCH

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!

# 39

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  
**11**木



大きなハンバーグを濃厚なデミグラスソースで煮込みました♪

### 煮込みハンバーグ

イタリアンサラダ / 大根韓国風炒め **737kcal**

ご当地メニューの日  
**18**木



鶏肉に下味をつけて天ぷら風に揚げる大分県発祥の郷土料理です。とり天専用スープをかけてお召し上がりください!

大分県ご当地メニュー

### とり天

ミートボール / メンマ炒め煮 **800kcal**

### 月



**1** チキンカツ  
コーンサラダ / キャベツソテー

### 火



**2** 豚肉生姜炒め  
クノールフライ / わかめ青じそサラダ

### 水



**3** 厚切りハムカツ  
青菜のソテー / もやしナムル

### 木



**4** Wエビフライ弁当  
ひじき煮 / フレンチサラダ

### 金



**5** 肉団子のチリソース  
魚の磯辺フライ / きのこソテー



**8** アジフライ  
コーンスローサラダ / れんこんバジルソテー



**9** タンドリーチキン  
海鮮フライ / もやし中華炒め



**10** ヒレカツ ごまソース  
白菜煮浸し / サウザンサラダ

今月のおすすめメニュー



**11** 煮込みハンバーグ



**12** 牛肉コロッケ  
ハヤシシチュー / カリフラワーサラダ



**15** 海の日



**16** メンチカツ  
ポテトサラダ / 根菜煮



**17** サーモン塩焼き  
中華旨煮 / ワカメの酢の物

ご当地メニュー



**18** 大分県とり天



**19** ミックスフライ  
切干大根煮 / チンゲン菜ソテー



**22** トンカツ  
キャベツオイスター炒め / 海藻サラダ



**23** ハンバーグ トマトソース  
クリームフライ / 洋風炒め



**24** エビフライ & イカフライ / 大根サラダ



**25** ポークカレー & ササミフライ / 甘酢和え



**26** 鯖照り焼き  
水ギョーザ / たけのこナムル



**29** チーズメンチカツ & 串カツ / 金平ごぼう



**30** 油淋鶏  
大根みそ炒め / 野菜のケチャップソテー



**31** 豚肉スタミナ炒め  
春巻き / れんこんサラダ

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つづ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をお届けいたします。
- 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240g(約380kcal)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。

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

**上越店**  
〒942-0146 新潟県上越市頸城区下吉77-10  
(新潟県産産園地内)

**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!