

2025.  
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ひ申し上げます

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。



6 ハンバーグ デミソース  
れんこん塩金平/山菜炒り煮  
758kcal



7 とり天  
大分県  
742kcal



8 アジフライ タルタルソース  
竹の子ケチャップソテー/里芋煮  
742kcal



9 ヒレカツ  
カレー/ブロッコリーサラダ  
736kcal



10 オムレツ トマトソース  
ハムサラダフライ/エリンギソテー  
590kcal



13 成人の日



14 トンカツ ごまソース  
ポテトサラダ/刻み昆布煮  
713kcal



15 さばみそ煮  
ビーマン肉詰めフライ/炒り玉子  
751kcal



16 Wエビフライ弁当  
手作りタルタルソース/チンゲン菜ソテー  
783kcal



17 鶏一味焼き  
ごぼうサラダ/ぜんまい金平  
682kcal



20 チキンカツ  
シチュー/大根みそ金平  
680kcal



21 煮込みハンバーグ  
719kcal



22 ハムカツ  
中華旨煮/春雨サラダ  
782kcal



23 鶏唐揚げ ねぎ塩だれ  
ひじきと大豆の煮物/青菜ごま和え  
810kcal



24 サーモン塩麹焼き  
お好み風かき揚げ/鶏そぼろ  
828kcal



27 メンチカツ マスタードソース  
メンマ炒り煮/マカロニサラダ  
784kcal



28 野菜つくね トマトバジルソース  
コールスローサラダ/豚汁風煮  
743kcal



29 鶏肉みそ焼き  
竹の子土佐煮/白菜カレーソテー  
790kcal



30 カツ丼風煮  
じゃがいもコンソメソテー/玉ねぎ甘酢和え  
666kcal



31 白身魚フライ & エビカツ  
豆腐の旨煮  
761kcal

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火

鶏もも肉に下味をつけて天ぷら風に揚げる  
大分県発祥のB級グルメです。  
旨味をぎゅっと閉じ込めて揚げました。  
とり天専用のスープをつ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

いんげんごまみそ和え/もやしオイスター炒め

846kcal

おすすめメニューの日  
21火

デミグラスソースと中濃ソースを  
混ぜて作るドミグラスソースで  
しっかり煮込んだハンバーグです。  
是非ご賞味ください。

煮込みハンバーグ

キャベツソテー/もやしナムル

719kcal

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**  
入っていたあなたはラッキー!!

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」に基づいた当社推奨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。
- アレルギー対応はあらかじめお問合せください。
- 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。

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）サンキューオリジナルジャパン  
〒950-0868 新潟県新潟市東区紫竹駅前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!