

月曜日 Monday

**1**

新入社員応援 Week!

デミグラスソースがやっぱり一番人気!

デミグラスソースハンバーグ  
焼豚とじゃがいもの甘辛煮  
北海道じゃがいもコロック  
コールスローサラダ

514kcal

火曜日 Tuesday

**2**

新入社員応援 Week!

コクのあるチーターチーズを包みました!

チーズinメンチカツ  
牛肉のすき焼き風煮  
イカと白菜のとろみ煮  
彩りひじきサラダ

568kcal

水曜日 Wednesday

**3**

新入社員応援 Week!

厚くカットしたロースを使用しています!

ロースとんかつ  
チキンカレー  
ひき肉と野菜の中華炒め  
コーンサラダ

473kcal

木曜日 Thursday

**4**

新入社員応援 Week!

二つ二つ手作りをしています!

若鶏もも唐揚げ  
麻婆豆腐  
筑前煮  
もやしのピリ辛酢の物

450kcal

金曜日 Friday

**5**

新入社員応援 Week!

人気No.1メニューのエビフライ!

BIGりエビフライ  
イカフライ・手作りタルタル  
パンネアラビアータ  
オクラ土佐和え

474kcal

**8**

新入社員応援 Week!

チーズの「コク」と「ピリッ」と甘辛が合ってます!

若鶏ももピリ辛チーズ照焼  
さば唐揚げチリソースかけ  
五目ひじき豆  
ザーサイ入り中華サラダ

472kcal

**9**

新入社員応援 Week!

スモークの香りが食欲を誘う!

ベーコンフライ  
クリームシチュー  
麻婆なす  
ごぼうサラダ

494kcal

**10**

新入社員応援 Week!

炒めた玉ねぎが深みのある味わい!

オニオン照焼ハンバーグ  
厚切ハムカツ  
中華春雨煮  
ツナ入りサラダ

478kcal

**11**

新入社員応援 Week!

青海苔の香りをまとった鶏天に丼だれがぴったり!

若鶏磯辺天ぷら  
肉豆腐  
切干大根煮  
春菊白菜胡麻和え

510kcal

**12**

新入社員応援 Week!

蒸しシウマイには辛子じょうゆがやっぱりおいしい!

蒸し肉シウマイ  
おいしいさば味噌だれ  
焼うどん  
昆布入りサラダ

438kcal

**15**

新入社員応援 Week!

2種類のフライのおいしさを楽しめます!

かりかりチキンフライ・コーンフライ  
ハムと野菜のトマト炒め  
さつま揚げ大根煮  
粒マスタードマカロニフライ

556kcal

**16**

新入社員応援 Week!

刻みのりを衣にまとわせた vari 種唐揚げ!

若鶏もも海苔唐揚げ  
ひき肉と厚揚げの中華煮  
八宝菜  
シルバーサラダ

440kcal

**17**

新入社員応援 Week!

カツカレーはやっぱご飯に合います!

カレーがけとんかつ  
タコとごぼうの甘辛煮  
オムレツケチャップ付け  
小松菜ごま和え

459kcal

**18**

新入社員応援 Week!

旨味が決め手のあんかけがおいしさの秘訣!

若鶏ももフリッターピリ辛中華あんかけ  
焼豚と玉子の中華炒め  
紅生姜入りさつま揚げ煮  
わかめとコンニャクの辛子酢味噌和え

434kcal

**19**

新入社員応援 Week!

カツどんであり、親子丼でもあるオムマイメニュー!

チキンカツの玉子あんかけ  
おいしいにしんの塩焼き  
わかめと竹の子の和風煮  
ポテトサラダ

462kcal

**22**

新入社員応援 Week!

生の生姜の爽やかな香りと辛味が決め手です!

豚肉の生姜焼き  
さわらネギ天ぷら  
さつま揚げとメンマの中華煮  
レンコン入り中華サラダ

476kcal

**23**

新入社員応援 Week!

幕の内の様な和風おかずを取り揃えました!

マス塩焼・かき揚げ  
厚焼玉子・肉団子  
肉じゃが  
わかめと野菜の酢の物

456kcal

**24**

新入社員応援 Week!

食べ応えのある大き目なメンチカツ!

ちょっと大きなメンチカツ  
ハムと野菜の塩炒め  
カレー風味焼きビーフン  
三色ナムル

526kcal

**25**

新入社員応援 Week!

七味の辛味と香りが焼いた鶏肉に合うよね!

若鶏もも七味照焼  
肉団子の中華甘酢あんかけ  
チンジャオロース  
中華春雨サラダ

544kcal

**26**

新入社員応援 Week!

ロース2枚肉を使用した vari 種大ぶり!

豚ロース紅生姜天ぷら  
水餃子のピリ辛酢味噌だれ  
けんちん煮  
ハム入りサラダ

423kcal

**29**

昭和の日

**30**

新入社員応援 Week!

おまじないがゴロゴロ入ったフリフリえびカツ!

フリフリえびカツ  
豚肉と野菜の焼肉ダレ炒め  
さつま揚げと白菜の中華煮  
切干大根のレモンサラダ

463kcal

ご就職おめでとうございます!

新社会人としてのスタートを心からお祝い致します。研修期間等で大変だと思いますが、お昼のお弁当でちょっと一息。4月1日～5日の5日間、フレッシュランチ39の数あるメニューの中でも特に人気のあるメニューをそろえました。

ぜひご賞味ください!

ホームページもご覧下さい <http://www.fl39.com>

前日予約 蕎麦弁当メニュー

月	かき揚げそば
火	とろろそば
水	肉そば
木	ちくわ磯部天そば
金	かき揚げうどん

- 材料入手の関係でメニューが一部変わることがありますので、その際はご了承ください。
- お届けしたすべての弁当は、食品衛生上当日の午後1時迄にお返し上がり下さい。
- トレイの中仕切りはゴミ箱にお捨て下さると、より衛生的です。
- 容器の回収は、翌日になる場合もありますのでご了承下さい。
- 弁当及び中仕切りは、電子レンジにはかけられません。
- 地域によって食器が異なる場合がございます。掲載されている栄養素はランチメニューはおかずのみです。数値は「食品標準成分表」に基づいた当社計算数値であり目安として表示させて頂いております。
- 仕入れの関係で内容が変わる場合がございます。予めご了承の上、ご注文いただけますようお願いいたします。
- ご飯は国産米を使用しています。

※kcal…エネルギー。ライスのカロリーは380kcalです。  
※メニュー表の記事、写真などの無断複製、複写、転載を禁じます。

土曜日の献立はすべておまかせメニューとなります。

仕入れの関係で内容が変わる場合がございます。予めご了承の上、ご注文いただけますようお願いいたします。

フレッシュランチ39 HACCP 認証

【川崎店】  
電話 044-281-2011  
FAX 044-281-2010

【神奈川店】  
電話 044-587-9339  
FAX 044-587-9311

【磯子店】  
電話 045-778-9639  
FAX 045-778-9638

【ベイサイド店】  
電話 03-3687-2100  
FAX 03-3687-2160