

月曜日 Monday

火曜日 Tuesday

水曜日 Wednesday

木曜日 Thursday

金曜日 Friday

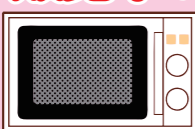
# FRESH LUNCH 39

2023.3

前日予約 あったか  
レンジうどん

月	きつねうどん
火	塩ちゃんぽんうどん
水	チゲ風うどん
木	カレーうどん
金	かき揚げうどん

販売中!



健康と安心のために

当社では、  
保存料無添加の  
丸大豆しょうゆ、  
キャノーラ油を  
使用しております。



<http://www.fl39.com>



人気フライを2つつ同時に  
使用しました!  
エビフライとメンチカツ  
グラタン風煮  
ナポリタンスパゲッティ  
彩りひじきサラダ **656kcal**



長ねぎたっぷり衣で  
天ぷらにしました!  
鶏もも長ねぎ天ぷら  
牛肉の甘辛煮  
にしん焼き梅だれ  
三色ナムル **538kcal**



豚ロース1枚肉に甘めの  
玉ねぎソースが合います!  
豚ロース焼き玉ねぎソース  
白身フライ  
鶏と野菜の中華みそ炒め  
ポテトサラダ **544kcal**



さっぱり鶏むね肉に梅肉と  
青じそで竜田にしました!  
鶏ささみ梅しそ竜田揚げ  
豚肉の焼肉風炒め  
ニラと玉子の中華煮  
かにカマ入りサラダ **638kcal**



ふわふわメンチカツと  
フリッとしたハムステーキです!  
アジフライとハムステーキ  
四川風麻婆豆腐  
ハムトマトスパゲッティ  
昆布入りサラダ **441kcal**



1つつ手作りを  
しています!  
若鶏もも唐揚げ  
肉じゃが  
ちくわとごぼうの煮物  
もやしの酢の物 **560kcal**



ちよつと大きな食ふ応えの  
あるメンチカツです!  
ちよつと大きなメンチカツ  
鶏と玉子の親子煮  
ひき肉と豆腐の和風みそ煮  
粒マスタードマカロニサラダ **567kcal**



一番人気のデミグラス  
ソース仕上げです!  
デミグラスソースハンバーグ  
イカフライ  
鶏肉と竹の子の塩炒め  
レンコン入り中華サラダ **472kcal**



春巻とスイートチリマヨネーズの  
アジアンメニューです!  
春巻き・厚焼玉子  
チキンソテーチリマヨソース  
焼きビーフン  
コーンサラダ **609kcal**



幕の内風に和食を  
組み合わせたメニューです!  
マス塩焼・かき揚げ  
叉焼ピリ辛香味炒め  
紅生姜天・肉団子  
わかめと野菜の酢の物 **444kcal**



フリップリのむぎエビ  
たっぷり入ったえびカツです!  
えびカツ  
ポークチャップ  
ハムとゴーヤのチャンプル  
ツナ入りサラダ **463kcal**



大きすぎない鶏照焼に  
かぶりつけて下さい!  
超特大骨付き鶏もも照焼  
ポークカレー  
ペペロンチーノスパゲッティ  
オクラ土佐和え **489kcal**



ベーコンの燻製の風味が  
決め手です!  
ベーコンクリームフライ  
豚肉のブルコギ風煮  
いか大根煮  
ごぼうサラダ **545kcal**



宮崎県を代表する  
グルメです!  
チキン南蛮タルタルソース  
じゃがいもそぼろ煮  
菜の花さつま揚げ  
春菊と白菜のごま和え **546kcal**

## 春分の日



豚ロース1枚肉を使用した  
肉感のあるとんかつです!  
焼込みご飯  
ロースとんかつ味噌ソース  
厚揚げのキムチ風味煮  
和風カレーうどん  
切干大根サラダ **451kcal**



食へ応え十分のぶ厚すぎる  
ハムカツを使用しました!  
へビー級ハムカツ  
チンジャオロース  
大豆とひじきの五目煮  
ザーサイ入り中華サラダ **436kcal**



生姜の爽やかな風味が  
決め手の人気おかずです!  
豚肉の生姜焼き  
イカかつ  
ちくわとこんにやくの煮物  
ハム入りサラダ **552kcal**



トマトの酸味がさっぱり  
頂けるハンバーグです!  
ハンバーグイタリアンソース  
クリーミーコーンフライ  
白菜昆布煮  
菜の花辛子和え **441kcal**



紅生姜の風味と色合いが  
天ぷらに意外とマッチ!  
豚ロース紅生姜天ぷら  
ちくわと玉子のピリ辛炒め  
筑前煮  
シルバーサラダ **446kcal**



アメリカ南部料理のピリ辛  
ケイジャン焼きです!  
若鶏ももケイジャン焼き  
ハムトマトクリームシチュー  
さつま揚げ野菜炒め  
スパゲッティサラダ **441kcal**



カニの風味が引き立つ  
クリームフライです!  
かに風味グラタンフライ  
ハムとパンネのデミソース煮  
八宝菜  
中華春雨サラダ **434kcal**



蒸しシウマイには辛子  
しょうゆがやっぱり一番!  
蒸し肉シウマイ  
豆腐のサンラータン風煮  
春雨と野菜の中華炒め  
チヨレギサラダ **424kcal**

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。



【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