FRESH LUNCH 39
2023. 4

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday

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3日～7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！

前日予約 蕎麦弁当メニュー

※冷たいお蕎麦です

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

梅干

1パック(1kg) 税込み価格 600円

好評発売中!

健康と安心の為に

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。

フレッシュランチ39　ホームページもご覧下さい　http://www.fl39.com

3
新入社員応援Week!
香味を利かせ鶏手羽元を焼き上げました!

※お届けはお弁当容器になります。

手羽元香味チキン
麻婆豆腐
五目野菜炒め
ポテトサラダ
おすすめMENU 454kcal

4
新入社員応援Week!
開いたえび一尾でベシャメルを包み揚げました!

※お届けはお弁当容器になります。

開きえびベシャメルフライ
牛すき焼き風煮
ペンネアラビアータ
彩りひじきサラダ
おすすめMENU 585kcal

5
新入社員応援Week!
豚ロース1枚肉を使用した肉感のあるとんかつです!

ロースとんかつ
チキンカレー
イカと白菜のとろみ煮
三色ナムル
おすすめMENU 484kcal

6
新入社員応援Week!
一番人気のデミグラスソース仕上げです!

※お届けはお弁当容器になります。

デミグラスソースハンバーグ
白身フライ
厚揚げの甘辛煮
かにカマ入りサラダ
おすすめMENU 581kcal

7
新入社員応援Week!
人気フライを2つ同時に使用しました!

※お届けはお弁当容器になります。

エビフライ・メンチカツ
肉じゃが
ナポリタンスパゲッティ
春菊と白菜のごま和え
おすすめMENU 650kcal

10
尾付きむきエビで作ったエビチリソースです!

※お届けはお弁当容器になります。

えびチリソース
若鶏ももピリ辛チーズ焼き
五目ひじき煮
もやしの酢の物
おすすめMENU 441kcal

11
プリップリのむきエビがたっぷり入ったえびカツです!

プリプリえびカツ
クリームシチュー
麻婆なす
昆布入りサラダ
454kcal

12
爽やかな辛味のメキシカンソースがよく合います!

※お届けはお弁当容器になります。

ハンバーグサルサソース
肉じゃがコロッケ
春雨の中華煮
粒マスタードマカロニサラダ 511kcal

13
とり天、玉子、肉団子と色々詰め合わせました!

※お届けはお弁当容器になります。

鶏天ぷら・肉豆腐
厚焼玉子・肉団子
切干大根の煮物
レンコン入り中華サラダ
536kcal

14
蒸した肉シュウマイを辛子しょうゆでどうぞ!

蒸し肉シウマイ
おいしいさば味噌だれ
野菜たっぷり焼うどん
コーンサラダ
おすすめMENU 439kcal

17
お肉と魚介のミックスフライです!

※お届けはお弁当容器になります。

棒ひれカツ・イカフライ
ハムとパプリカのトマト炒め
さつま揚げと大根煮
オクラ土佐和え
おすすめMENU 438kcal

18
1つ1つ手作りをしています!

若鶏もも唐揚げ
豚肉と厚揚げの中華煮
八宝菜
ツナ入りサラダ
576kcal

19
今流行中している韓国料理です!

※お届けはお弁当容器になります。

ヤンニョムチキン
豚肉と玉子の中華炒め
さつま揚げ煮
ごぼうサラダ
おすすめMENU 654kcal

20
親子カツどんの様に仕上げました!

チキンカツの玉子あんかけ
豚肉と竹の子の和風炒め
ホッケ塩焼き
切干大根サラダ
441kcal

21
さっぱり鶏むね肉に梅肉と青しそで竜田にしました!

※お届けはお弁当容器になります。

鶏ささみ梅しそ竜田揚げ
豚肉の生姜焼き
さつま揚げとメンマの中華炒め
ハム入りサラダ
527kcal

24
ひとくちトンカツ2個をカツカレーにしました!

とんかつのカレーがけ
ちくわとごぼうの甘辛煮
オムレツケチャップがけ
菜の花辛子和え
454kcal

25
幕の内風に和食を組み合わせたメニューです!

マス塩焼き・かき揚げ
厚焼玉子・肉団子
筑前煮
わかめと野菜の酢の物
おすすめMENU 435kcal

26
ちょっと大きな食べ応えのあるメンチカツです!

※お届けはお弁当容器になります。

ちょっと大きなメンチカツ
ハムと野菜の塩炒め
焼きビーフン
スパゲッティサラダ
555kcal

27
甘辛鶏照焼に七味唐辛子がピッタリ合います!

※お届けはお弁当容器になります。

若鶏もも七味照焼き
チンジャオロース
揚げ太刀魚の甘酢あんかけ
ザーサイ入り中華サラダ
483kcal

28
豚ロースをねぎ衣の天ぷらに仕上げました!

豚ロースねぎ天ぷら
肉団子の和風あんかけ
竹の子のおかか煮
シルバーサラダ
おすすめMENU 492kcal

- 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時迄にお召し上がり下さい。
- 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420kcal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