

月曜日 Monday

火曜日 Tuesday

水曜日 Wednesday

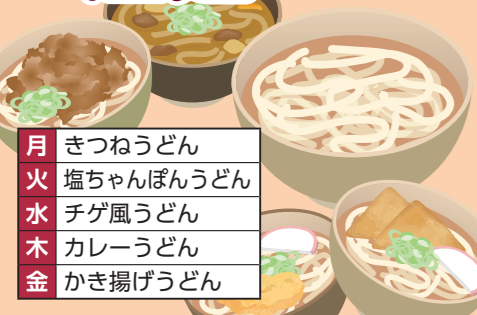
木曜日 Thursday

金曜日 Friday

# FRESH LUNCH 39

2024.3

前日予約 **温麺 販売中!**



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

健康と安心のために

当社では、**本醸造しょうゆ、キャノーラ油**を使用しております。



お弁当はなぜ冷たいの？

仕出給食や産業給食、学校給食などのすべての大量調理施設における衛生管理体制として、厚生労働省から通知のあった「大量調理施設衛生管理マニュアル」の中に、温度管理についての項目があります。フレッシュランチ39では、厚生労働省の指導に基づいた施設、調理行程を実施し、安心、安全なお弁当の提供を目指しております。  
(大量調理施設衛生管理マニュアルより抜粋) 重要管理項目 4. 原料及び調理済み食品の温度管理 (3) 調理後直ちに提供される食品以外の食品 (調理終了後提供まで30分以上を要する場合) は病原菌の増殖を抑制するため、10℃以下で管理する事が必要である。



<http://www.fl39.com>



**フレッシュランチ人気 No.1 エビフライです!**  
BIGRIG エビフライ  
豆腐ハンバーグ  
ハム入りポトフ  
オクラ土佐和え  
551kcal



**4**  
デミグラスソースハンバーグ  
牛肉入りコロック  
玉子と野菜の中華炒め  
コーン入りサラダ  
442kcal



**5**  
ブラックカレーフライ  
麻婆豆腐  
ハムとトマトのスパゲッティ  
もやしピリ辛酢の物  
431kcal



**6**  
大人気鶏から揚げを今回手羽元で作りました!  
鶏手羽元唐揚げ  
牛肉じゃが  
ちくわとごぼうの煮物  
彩りひじきサラダ  
605kcal



**7**  
焼肉カルビ風メンチカツ  
鶏肉と玉子の親子煮  
ひき肉と豆腐の和風みそ煮  
コールスローサラダ  
442kcal



**8**  
カラシビソースが刺激的なメニューです!  
若鶏ももねぎフリッター麻辣ソース  
おいしいさば焼梅だれ  
厚揚げと白滝の甘辛煮  
昆布入りサラダ  
505kcal



**11**  
ラー油と山椒が効いたよだれ鶏  
中華春巻き  
焼きビーフン  
ザーサイ入り中華サラダ  
533kcal



**12**  
豚ロース1枚肉に玉ねぎソースが合います!  
豚ロース焼き玉ねぎソース  
メンチカツ  
高野豆腐と野菜の中華みそ炒め  
ごぼうサラダ  
520kcal



**13**  
フリフリえびカツ  
チキンポテトトマト煮  
ハム入りゴーヤチャンプル  
ツナ入りサラダ  
470kcal



**14**  
甘辛く漬けた鶏肉に胡麻の風味が香ばしい!  
若鶏もも利休焼き  
ポークカレー  
ひき肉野菜炒め  
ワカメとこんにやくの辛子酢味噌和え  
457kcal



**15**  
牛肉を韓国風に辛炒めました!  
牛肉のブルコギ風  
粒マスタードハムフライ  
いか大根煮  
レンコン入り中華サラダ  
462kcal



**18**  
揚げ鶏の中華あんかけ  
じゃがいもそぼろ煮  
菜の花入りさつま揚げ  
春菊と白菜の胡麻和え  
457kcal



**19**  
きめが細かく厚い豚ロース1枚肉使用!  
ロースとんかつ  
ひき肉と厚揚げのキムチだれ炒め  
和風カレーうどん  
紅白なます  
434kcal



**21**  
チーズ入りつくね照焼き  
チンジャオロース  
五目ひじき豆  
ポテトサラダ  
486kcal



**22**  
イカゲツの旨味と食感がおいしいのポイント!  
いかカツ  
豚肉の生姜焼き  
刻み昆布の煮物  
シルバーサラダ  
487kcal



**25**  
ハンバーグおろしポン酢  
さば大葉フライ  
さつま揚げ入り野菜炒め  
ハム入りサラダ  
439kcal



**26**  
紅生姜をまとわせた変わり天ぷらです!  
さわら紅生姜天ぷら  
ちくわと玉子のピリ辛炒め  
筑前煮  
粒マスタードマカロニサラダ  
443kcal



**27**  
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  
鶏肉と野菜のピリ辛炒め  
小松菜ごま和え  
442kcal



**28**  
かにとかにカマを使いおいしく仕上げました!  
かに風味グラタンフライ  
ハムとポテトのデミソース煮  
八宝菜  
中華春雨サラダ  
447kcal



**29**  
蒸しシウマイには辛子しょうゆがやっぱりおいしい!  
蒸し肉シウマイ  
ひき肉と玉子の酸辣湯  
春雨と野菜の中華炒め  
切干大根レモンサラダ  
441kcal

- 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