

和膳 Wazen

素材、栄養バランスにこだわった
日替わりお弁当をお届け!

こだわりメニュー 今月のオススメ

新メニュー 4 木 793kcal



豆腐ハンバーグ 梅照り焼きソース
目玉焼きフライ/春雨ハンサンスー

初夏に嬉しい
さっぱり仕立て。
梅香る照り焼きソースを
かけた豆腐ハンバーグは
いかがでしょうか。

おすすめメニューの日 23 火 719kcal



Wエビフライ弁当
タルタルソース/白菜ポン酢和え

エビフライは1900年頃に
東京・銀座にある洋食屋で
生まれました。
今や老若男女が
大好きな一品♪

月



1 **チキンカツ**
人参マリネ/刻み昆布煮



8 **メンチカツ**
アスパラサラダ/金平ごぼう



15 **ササミフライ**
ひじき煮/ほうれん草酢味噌和え



22 **ニラたっぷり豚キムチ**



29 **鶏肉のガーリック照焼**

火



2 **肉じゃがコロッケ**
ゴマヨササラダ/ぜんまい煮



9 **鶏唐揚げ レモン甘酢たれ**
白滝真砂和え/竹の子おかか煮



16 **ハンバーグ デミソース**
カニクリームコロッケ/いんげん生姜醤油和え



30 **チーズメンチカツ & アジ味鱈干しフライ**
切干大根煮

水



3 **アジフライ**
野菜炒め/わかめサラダ



10 **麻婆豆腐**
かぼちゃノードル/メンマ炒め



17 **ハムカツ**
キャベツごま和え/きのこ中華炒め



24 **カツカレー**
ごぼうサラダ/キャベツソテー

木



4 **豆腐ハンバーグ 梅照り焼きソース**



11 **おろしトンカツ**
もやし辛子和え/大学芋



18 **ヒレカツ & 豚串カツ**
大根サラダ



25 **鶏唐揚げ**
マゼドアンサラダ風/もやし味噌炒め

金



5 **豚肉磯辺唐揚げ**
じゃがいもカレーソテー/ブロッコリーごま和え



12 **のり弁風**
白菜サラダ/玉子平焼き



19 **鶏肉ピザソース焼き**
コロッケ/なめ茸



26 **プルコギ風**
ツナマヨフライ/若竹煮

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
引換券

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がございます。
- 掲載されている数値は「日本食品標準成分表」に基づいた当社推定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。
- アレルギー対応はおこなっておりません。
- 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。

本館/（株）サンキューオールジャパン
〒950-0868 新潟県新潟市東区紫竹町1808番地36
お問い合わせ(Eメール)/all_japan@lunch.co.jp

都倉により、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!