

2026年(令和8年)

7月

July

●お申し込み・お問い合わせは

公津のお弁当
フォレスト

TEL:0476-94-5766

FAX:0476-94-5768

Lunch
MENU

月

お願い

- 材料入手の関係でメニューが一部変わることがございますので、その際はご了承ください。
- 表示されているのはおかずのカロリーです。ご飯についてはお問い合わせください。
- お届けするお弁当容器は、写真と異なる場合がございますのでご了承ください。
- 地域によってはお届けできない場合がございますのでご了承ください。
- 食中毒防止の為、当日の午後1時までにお召し上がりください。
- できるだけ風通しの良い、涼しい場所で保管してください。

火

土日祝
お休み

水

1 371kcal



- ハヤシシチュー
- 鶏みそ焼
- ◆他副菜 3品

木

2 268kcal



- 麻婆厚揚げ
- 竹輪磯辺揚げ
- ◆他副菜 3品

金

3 388kcal



- ハンバーグ照焼ソース
- 海老フライ
- ◆他副菜 3品

6 413kcal



- 豚肉と厚揚げのオイスター炒め
- 唐揚げ
- ◆他副菜 3品

7 347kcal



- 八宝菜
- 豚玉ねぎ串カツ
- ◆他副菜 3品

8 355kcal



- 焼売の酢豚あんかけ
- チキンステーキ
- ◆他副菜 3品

9 381kcal



- 茄子カレー
- 海老カツ
- ◆他副菜 3品

10 240kcal



- 野菜春雨炒め
- 魚塩焼
- ◆他副菜 3品

13 523kcal



- 肉屋のメンチカツ
- ナポリタン
- ◆他副菜 3品

14 346kcal



- クリームシチュー
- チキンたれ焼
- ◆他副菜 3品

15 299kcal



- カツ煮
- 野菜焼そば
- ◆他副菜 3品

16 360kcal



- 厚揚げそぼろあん
- 海老野菜かきあげ
- ◆他副菜 3品

17 356kcal



- アジフライ
- カレー
- ◆他副菜 3品

20

海の日

21 267kcal



- 八宝菜
- 魚塩焼
- ◆他副菜 3品

22 434kcal



- 豚生姜焼
- 焼売
- ◆他副菜 3品

23 394kcal



- 唐揚げ
- 肉じゃが
- ◆他副菜 3品

24 387kcal



- ハンバーグほん酢たれ
- ペペロンチーノ
- ◆他副菜 3品

27 287kcal



- 麻婆豆腐
- オムレツ天
- ◆他副菜 3品

28 198kcal



- 筑前煮
- 天ぷら(生姜天/蓮根)
- ◆他副菜 3品

29 347kcal



- 肉野菜炒め
- 揚げ餃子
- ◆他副菜 3品

30 325kcal



- 肉団子酢豚風
- 豆腐ハンバーグ
- ◆他副菜 3品

31 361kcal



- ポークシチュー
- カニクリームフライ
- ◆他副菜 3品