

2025年(令和7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

1

393kcal



- 海老フライ
- ナポリタン
- ◆他副菜 3 品

水

2

317kcal



- デミソースハンバーグ
- 厚揚げ筑前煮
- ◆他副菜 3 品

木

3

374kcal



- メンチカツ
- 春雨と野菜のカレー炒め
- ◆他副菜 3 品

金

4

473kcal



- 甘酢チキン
- 八宝菜
- ◆他副菜 3 品

7

318kcal



- ポークシチュー
- ウインナー
- ◆他副菜 3 品

8

223kcal



- 天ぷら(さつま芋/蓮根)
- 肉じゃが
- ◆他副菜 3 品

9

326kcal



- エビカツ
- 鶏ニラもやし炒め
- ◆他副菜 3 品

10

353kcal



- 鶏肉豆腐焼
- 豚肉と蒟蒻のすき焼煮
- ◆他副菜 3 品

11

353kcal



- 唐揚げ
- がんもと蒟蒻煮
- ◆他副菜 3 品

14

335kcal



- カレーコロケ
- 麻婆厚揚げ
- ◆他副菜 3 品

15

369kcal



- 海鮮焼売
- 肉団子酢豚風
- ◆他副菜 3 品

16

475kcal



- カツ煮
- ウインナー
- ◆他副菜 3 品

17

439kcal



- アジフライ
- ハンバーグ
- ◆他副菜 3 品

18

325kcal



- 野菜コロケ
- 豚肉と筍のオイスター炒め
- ◆他副菜 3 品

21

海の日

22

299kcal



- 大焼売
- 麻婆豆腐
- ◆他副菜 3 品

23

521kcal



- 海老フライ
- ナポリタン
- ◆他副菜 3 品

24

363kcal



- 竹輪天
- チキンの酢豚あん
- ◆他副菜 3 品

25

321kcal



- カニクリームフライ
- オムレツ野菜あんかけ
- ◆他副菜 3 品

28

451kcal



- 揚げ餃子
- 豚肉と茄子の油味噌
- ◆他副菜 3 品

29

246kcal



- 豚串カツ
- ハムと春雨の野菜の炒め
- ◆他副菜 3 品

30

312kcal



- 海老野菜かき揚げ
- 煮物
- ◆他副菜 3 品

31

390kcal



- 白身フライ
- 豚肉と蒟蒻のすき焼煮
- ◆他副菜 3 品

土日祝
お休み