

2025年(令和7年)

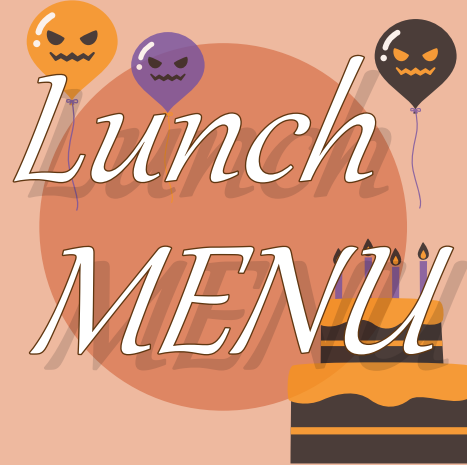
10月October

●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



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

411kcal



- ふんわり豆腐の酢豚あん
- 海鮮焼売
- ◆ 他副菜 3品

木

2

389kcal



- ダブル海老フライ
- ◆ 他副菜 3品

金

3

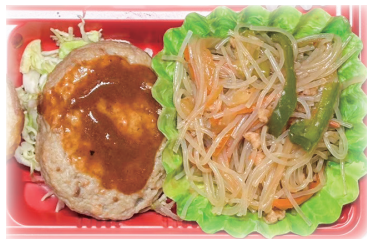
422kcal



- 照りタレのつくね揚げ
- 筑前煮
- ◆ 他副菜 3品

6

403kcal



- デミソースハンバーグ
- チャプチェ
- ◆ 他副菜 3品

7

483kcal



- 甘酢チキン
- 八宝菜
- ◆ 他副菜 3品

8

309kcal



- 海老野菜かき揚げ
- 肉じゃが
- ◆ 他副菜 3品

9

438kcal



- 野菜コロッケ
- ウィンナー
- ◆ 他副菜 3品

10

353kcal



- 豚肉のすき焼煮
- すり身豆腐の塩胡椒焼き
- ◆ 他副菜 3品

13

スポーツの日

14

404kcal



- チキンカツ煮
- さば塩焼
- ◆ 他副菜 3品

15

399kcal



- ハンバーグほん酢ソース
- あじフライ
- ◆ 他副菜 3品

16

436kcal



- ヤンニョムチキン
- オムレツ
- ◆ 他副菜 3品

17

338kcal



- カニクリームフライ
- 麻婆厚揚げ
- ◆ 他副菜 3品

20

373kcal



- 天ぷら (ふんわり豆腐 / 蓮根)
- 肉団子とウィンナー
- ◆ 他副菜 3品

21

319kcal



- グリルチキン酢豚あん
- 野菜コロッケ
- ◆ 他副菜 3品

22

457kcal



- 白身フライ & ハンバーグ
- ナポリタン
- ◆ 他副菜 3品

23

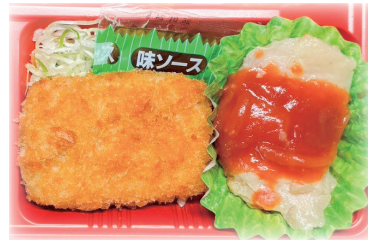
292kcal



- 筑前煮
- ほっけ塩焼
- ◆ 他副菜 3品

24

430kcal



- 海老カツ
- チキンステーキトマトソース
- ◆ 他副菜 3品

27

406kcal



- 豚肉と茄子の味噌
- 揚げ餃子
- ◆ 他副菜 3品

28

383kcal



- 唐揚げ
- ハム春雨野菜炒め
- ◆ 他副菜 3品

29

478kcal



- ハンバーグテリマヨソース
- 麻婆豆腐
- ◆ 他副菜 3品

30

326kcal



- メンチカツ
- 八宝菜
- ◆ 他副菜 3品

31

301kcal



- ポークシチュー
- 焼売
- ◆ 他副菜 3品