

2020
7
JUL.

亀岡市

中学校昼食弁当献立表



注文こちら
QRコード

6
MON
魚の蒲焼き
872 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

豆腐ナゲット
花さつま煮物
三色ピーマンマリネ

7
TUE
鶏の生姜焼き
882 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

星オムレツ
厚揚げの味噌煮
ブロッコリーサラダ

8
WED
天ぷら
784 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

アスパラバターソテー
蒸し鶏のサラダ
ハンバーグ

9
THU
ピピンパ風
785 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

南瓜のひじきあん
オクラのゆかり和え
コロツケ

10
FRI
メンチカツ
782 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

高野豆腐
チンゲンサイの中華炒め
マカロニサラダ

13
MON
ミックスフライ
882 kcal ⑤ 卵/小麦/乳/エビ

切干大根の煮物
菜の花和え
ギョウザ

14
TUE
ハンバーグ
806 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

フライドポテト
中華ソテー
煮物

15
WED
ヤンニョンキムチ
872 kcal ⑤ 卵/小麦

白菜の煮浸し
春雨サラダ
さつまいものレモン煮

16
THU
ホキネギみそ焼き
790 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

肉詰めピーマンフライ
けんちん煮
小松菜のからし和え

17
FRI
バーベキューポーク
825 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

とうもろこしの香ばし揚げ
冬瓜のそぼろあんかけ
レンコンサラダ

20
MON
鶏肉のから揚げ
873 kcal ⑤ 小麦

たらこスパゲティ
ひじきの煮物
ポパイサラダ

21
TUE
鮭塩焼き
762 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

茄子のカレー炒め
コンソメ煮
豆腐ステーキ

22
WED
エビ団子オイスター炒め
819 kcal ⑤ 卵/小麦/乳/エビ

串カツ
大根とイカの煮物
キュウリと
わかめの酢の物

23
THU
海の日

24
FRI
スポーツの日

●お箸はマイハンを持ってきてください。 ●ごはん普通盛350円 大盛380円
●当日午前8時まで予約・キャンセルができます。ただし気象警報による臨時休校の場合は、判明した時点(午前9時)でキャンセルとします。尚、登校後の気象警報発令や学校閉鎖等で、昼食前に下校となる場合においてはキャンセル・返金できませんのでご了承ください。
●掲載しているアレルギー情報は、特定原材料7品目のみです。特定原材料に準ずる20品目は亀岡市中学校昼食予約システムからご覧頂けます。 ●献立は天候等の諸事情により一部変更する場合があります。

27
MON
サルサハンバーグ
793 kcal ⑤ 卵/小麦/乳

彩りきんぴら
白菜のツナ煮
千草焼き

28
TUE
牛肉スタミナ炒め
899 kcal ⑤ 小麦/乳

ギョウザ
ブロッコリーソテー
海鮮串カツ

29
WED
ホキフリッター
759 kcal ⑤ 小麦/乳

ハムステーキ
里芋味噌煮
人参きんぴら

30
THU
豚肉塩だれ炒め
843 kcal ⑤ 卵/小麦/乳/エビ

三角春巻き
竹の子とぜんまいの煮物
菜の花和え

31
FRI
鶏の照り焼き
839 kcal 卵/小麦/乳/エビ/カニ

冬瓜くず煮
スパゲティサラダ
星型コロツケ

裏面もご覧ください

【ご注意】全中学校統一で作成していますので、各学校の行事等でお弁当を利用されない日等は、各自ご確認の上、ご注文ください

お問い合わせ：献立に関して/ケイフーズ・23-3370 予約システム(注文方法)に関して/ビジネスラリアート(株)・075-925-7322 その他に関して/亀岡市教育委員会学校教育課・25-5053