

R6 4月 亀岡市中学校昼食弁当献立表

- お箸はマイハシを持ってきてください。
- ごはん普通盛350円 大盛380円 おかずのみ290円
- 当日午前8時まで予約・キャンセルができます。
- 気象警報が発令された場合は以下の通りの対応となります。
 - 当日午前9時まで解除されず臨時休校 → キャンセル
 - 当日午前8時～9時の間に解除 → 弁当内容変更の可能性あり※アレルギー対応不可のため、対応が必要な方はキャンセル
- 掲載しているアレルギー情報は、特定原材料8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 (<https://kameoka-bentou.eigy.co.jp/>)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。

QRコード↓



Instagram
毎日更新中です♪
@kameokashichu_bento



<p>8 ヤンニョムチキン 月 竹輪と菜の花のおひたし チョレギサラダ 大根の田楽</p> <p>エネルギー:836kcal たんぱく質:21.8g 脂質:28.2g 食塩:3.7g</p> <p>★小麦・卵</p>	<p>9 豚肉のレンパッパ-炒め 火 春のキャベツメンチカツ 小松菜ベーコンパスタ ごぼうごまサラダ 白菜の中華旨煮</p> <p>エネルギー:835kcal たんぱく質:22.8g 脂質:26.3g 食塩:3.0g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>	<p>10 白身天の南蛮漬け 水 たっぷりコーンフライ 中華風もやし炒め にんじんのツナサラダ 里芋の煮物</p> <p>エネルギー:835kcal たんぱく質:14.6g 脂質:34.1g 食塩:2.5g</p> <p>★小麦・卵</p>	<p>11 豚肉とキャベツのお好み炒め 木 熟成チヂメ入りクレープ 白菜と春菊の柚子和え フキノ煮 さつま揚げの煮物</p> <p>エネルギー:834kcal たんぱく質:20.8g 脂質:33.1g 食塩:3.0g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>	<p>12 麻婆厚揚げ 金 たっぷりベーコントマトフライ 小松菜ともやしのナムル 悪魔のれんこん 野菜春巻</p> <p>エネルギー:833kcal たんぱく質:19.3g 脂質:33.4g 食塩:3.6g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>
<p>15 デミオムハンバーグ 月 チーズマカロニサラダ いんげんの煮物 カリフラワーのコンソメ煮</p> <p>エネルギー:830kcal たんぱく質:24.9g 脂質:30.6g 食塩:3.3g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>	<p>16 豚カツ 濃熟旨辛ソース 火 切干大根の煮物 豆腐青じそサラダ つきこんの梅ザーサイ和え</p> <p>エネルギー:835kcal たんぱく質:22.2g 脂質:27.8g 食塩:3.2g</p> <p>★小麦・卵</p>	<p>17 豚肉の黒酢炒め 水 グリンピース棒天の煮物 あさりと菜の花のクリームフライ 春雨かにかまサラダ 蒸し焼売</p> <p>エネルギー:831kcal たんぱく質:24.4g 脂質:29.1g 食塩:3.2g</p> <p>★小麦・卵・乳・大豆・か</p>	<p>18 イカキャベツカツ 木 ペンネボロネーゼ 豆腐ステーキ 野菜生姜ソース わさび菜きのこの和え物 角切り昆布煮</p> <p>エネルギー:834kcal たんぱく質:18.9g 脂質:33.6g 食塩:3.2g</p> <p>★小麦・卵</p>	<p>19 チキンステーキ クリームソース 金 いわし大葉フライ 野菜肉巻きとこんにやく もやしナムル たけのこのごまみそ和え</p> <p>エネルギー:831kcal たんぱく質:23.4g 脂質:32.9g 食塩:3.8g</p> <p>★小麦・乳</p>
<p>22 胡椒をきかせた 月 甘辛唐揚げ さつま揚げの山菜炒め 五目巾着の煮物 白菜のポン酢和え</p> <p>エネルギー:830kcal たんぱく質:21.7g 脂質:30.2g 食塩:3.9g</p> <p>★小麦・卵</p>	<p>23 豚すき焼きうどん 火 手作り春巻 和菜メンチカツ てっばい だし巻き玉子</p> <p>エネルギー:835kcal たんぱく質:26.9g 脂質:19.4g 食塩:3.9g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>	<p>24 アジフライ 高菜刈刈ソース 水 ピリ辛チキン 花野菜の中華サラダ かぼちゃの煮物</p> <p>エネルギー:834kcal たんぱく質:22.8g 脂質:27.8g 食塩:4.1g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>	<p>25 えびかつ 玉子とじ 木 野菜と春雨の白湯炒め ひじきと高野の生姜煮 おかかロールキャベツ</p> <p>エネルギー:837kcal たんぱく質:19.8g 脂質:32.0g 食塩:3.7g</p> <p>★小麦・卵・乳・大豆</p>	<p>26 おさつチーズ コロツクと白身フライ 金 インゲンのシーザーサラダ 三角とうふ天の煮物 サイコロこんにやくの煮物</p> <p>エネルギー:838kcal たんぱく質:16.1g 脂質:31.0g 食塩:3.0g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>
<p>29 月</p> <p>昭和の日</p>	<p>30 油淋鶏 火 ツナマヨフライ ブロッコリーとベーコンの作りアツ炒め ワカメの生姜和え ソーセージ天の煮物</p> <p>エネルギー:834kcal たんぱく質:22.1g 脂質:27.6g 食塩:4.1g</p> <p>★小麦・卵・乳</p>			

今月のごとば
一華開けて天下の春

お問い合わせ：献立に関して/ロンドフードサービス(株) TEL075-602-3200
予約システム(注文方法)に関して/ビジネスラリアート(株) TEL075-925-7322
その他に関して/亀岡市教育委員会学校教育課 TEL25-5053