

R7 5月 亀岡市中学校昼食弁当献立

- お箸はマイハシを持ってきてください。
- 当日午前8時まで予約・キャンセルができます。
- 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。

- ごはん普通盛350円 大盛380円 おかずのみ290円
- 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.eigyo.co.jp/>)からご覧頂けます。

QRコード↓



飢餓から救う。
未来を救う。
WFP
国連世界食糧計画



@KAMEOKASHICHIU_BENTO
Instagram
毎日更新中です♪

今月のことば
五月の鯉の吹き流し

お問い合わせ：献立に関して／ロンドフードサービス (株) ☎075-602-3200
予約システム (注文方法) に関して／ビジネスリポート (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

5月

こどもの日

6火

振替休日

7水

海老フライ&鱈フライ タルソース
ロールキャベツ トマトソースがけ
もやしとザーサイのソテー
細切大根漬

エネルギー:836 kcal タンパク質:18.9g
脂質:38.4g 食塩:3.4g

★小麦・卵・乳・エビ

8木

鶏の唐揚げ 香味レモンソース
ローストンカツ
キャベツとツナのナムル
つくねの照り焼き
さくら漬

エネルギー:835 kcal タンパク質:25.0g
脂質:35.6g 食塩:4.2g

★小麦・卵・乳

9金

海鮮ビーフン
ベーコン粒マスタードフライ
蒸し鶏の柚子胡椒和え
ポテトサラダ
しば漬け

エネルギー:833 kcal タンパク質:17.6g
脂質:45.0g 食塩:3.5g

★小麦・卵・乳・エビ

12月

照り焼きチキンステーキ
野菜コロケ
ペンネ ｷｷｼﾓｰﾄﾞｰｽ
白菜と油揚げの煮物
つば漬けかつお

エネルギー:832 kcal タンパク質:24.9g
脂質:39.5g 食塩:3.3g

★小麦

13火

野菜かき揚げ
オムレツ 中華あんかけ
豚キムチ炒め
切干大根の胡麻煮
青かっぱ

エネルギー:832 kcal タンパク質:17.8g
脂質:45.7g 食塩:3.9g

★小麦・卵・ｶﾆ

14水

豚かつ トマトソース
お好み焼き
もやしと小松菜のわさび和え
細切さくら漬

エネルギー:838 kcal タンパク質:17.7g
脂質:40.9g 食塩:3.0g

★小麦・卵

15木

梅若うどん
鶏天ぷら
根菜の味噌煮
いんげんのサラダ
赤かっぱ

エネルギー:832 kcal タンパク質:17.1g
脂質:40.9g 食塩:4.4g

★小麦・卵

オススメ

16金

麻婆豆腐
真サバカツ
マカロニのオーロソース和え
小松菜とかにかまのお浸し
細切大根漬

エネルギー:832 kcal タンパク質:20.8g
脂質:39.8g 食塩:3.2g

★小麦・卵・ｶﾆ

19月

ソーセージカツ&海老カツ
蒸し鶏ごまサラダ
五目ひじき
さくら漬

エネルギー:837 kcal タンパク質:16.9g
脂質:39.0g 食塩:3.2g

★小麦・卵・乳・エビ

20火

鶏の唐揚げ 手作り山葵ソース
さわらフライ
れんこん高菜金平
キャベツのシーザーサラダ
赤かっぱ

エネルギー:830 kcal タンパク質:22.2g
脂質:37.1g 食塩:4.2g

★小麦・卵・乳

オススメ

21水

塩焼きそば
ミニ野菜春巻
漬物入りポテトサラダ
豚串カツ
つば漬け

エネルギー:837 kcal タンパク質:17.3g
脂質:40.7g 食塩:3.0g

★小麦・卵・乳

22木

チキンステーキ 柚子胡椒ソース
メンチカツ
蒸し焼売
拌三絲
青かっぱ

エネルギー:838 kcal タンパク質:20.6g
脂質:45.3g 食塩:3.4g

★小麦・卵・乳・エビ・ｶﾆ

23金

八宝菜
ツナマヨフライ
中華オムレツ
キャベツとメンマの炒め物
細切さくら漬

エネルギー:836 kcal タンパク質:16.8g
脂質:49.9g 食塩:3.2g

★小麦・卵・乳

26月

豚カツ 味噌マヨソース
キャベツともやしの炒め物
切干大根の青じそ和え
しば漬け

エネルギー:834 kcal タンパク質:20.6g
脂質:37.3g 食塩:3.4g

★小麦・卵

27火

ハンバーグ 和風ソース
ハムともやしの塩炒め
山菜と豆腐の味噌がけ
つば漬け

エネルギー:832 kcal タンパク質:17.8g
脂質:45.4g 食塩:4.4g

★小麦・乳

28水

アジフライ キーマカレーソース
キャベツとさつま揚げの炒め物
五目巾着の煮物
青かっぱ

エネルギー:839 kcal タンパク質:18.0g
脂質:43.6g 食塩:3.4g

★小麦・卵・乳

オススメ

29木

豚肉のバーベキューソース炒め
カレー風味バーベキューソースフライ
マカロニの明太マヨのせ
小松菜ナムル
細切大根漬

エネルギー:835 kcal タンパク質:17.1g
脂質:45.2g 食塩:3.1g

★小麦・卵・乳

30金

チキン南蛮
麻婆春雨
悪魔のひじき
赤かっぱ

エネルギー:838 kcal タンパク質:21.4g
脂質:35.8g 食塩:3.9g

★小麦・卵