

R7 10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。
- 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。
- 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 → 自動キャンセル
 - 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、対応が必要な方は利用者様ご自身でキャンセルをお願いいたします。



@KAMEOKASHICHU_BENTO
Instagram
毎日更新中です♪

今月のことば 秋葉山から火事

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 ☎25-6786

6月 カツ煮 キャベツとじゃが芋のマヨネーズ ごぼうの金平 つば漬け エネルギー:836 kcal タンパク質:19.0 g 脂質:43.8 g 食塩:3.2 g ★小麦・卵	7月 ハンバーグ サルサソース 小松菜の中華炒め がんもの煮物 青かっぱ エネルギー:831 kcal タンパク質:18.2 g 脂質:40.3 g 食塩:3.5 g ★小麦・乳	8月 担々チキン チキンカツ 山菜ひじきサラダ 角切り昆布煮 赤かっぱ エネルギー:834 kcal タンパク質:18.2 g 脂質:41.1 g 食塩:3.4 g ★小麦・卵	9月 ロールキャベツ デミグラスソース イカ寄せフライ じゃが芋とソーセージのカレー 春雨の酢の物 揚げ焼売 エネルギー:830 kcal タンパク質:14.5 g 脂質:42.6 g 食塩:2.8 g ★小麦・卵・乳	10月 豚肉の七味マヨ炒め 赤魚カツ キャベツとかにかまの中華炒め インゲンの豆そぼろ炒め しば漬け エネルギー:835 kcal タンパク質:23.3 g 脂質:42.2 g 食塩:3.7 g ★小麦・卵・乳
13月 スポーツの日	14月 肉団子 甘酢あんかけ アジフライ 餃子と野菜炒め さつま揚げと切干大根の炒め煮 青かっぱ エネルギー:837 kcal タンパク質:19.2 g 脂質:43.4 g 食塩:3.7 g ★小麦・卵・乳	15月 和風ツナサラダ わさび風味 鶏肉キャベツのメンチカツ キムチ炒め もやしナムル しば漬け エネルギー:837 kcal タンパク質:20.6 g 脂質:37.4 g 食塩:3.9 g ★小麦・乳・卵	16月 八宝菜 チヂミ 明太マヨネーズ ひじきの煮物 さくら漬け エネルギー:833 kcal タンパク質:18.1 g 脂質:44.2 g 食塩:3.3 g ★小麦・卵	17月 白身フライ&ハムカツ タルタルソース 麻婆春雨 もやしの中華サラダ 赤かっぱ エネルギー:833 kcal タンパク質:18.6 g 脂質:39.4 g 食塩:4.1 g ★小麦・卵・乳
20月 フライドチキン マスタードソース 小松菜の煮びたし 五目巾着の煮物 つば漬け エネルギー:838 kcal タンパク質:17.7 g 脂質:43.4 g 食塩:3.4 g ★小麦・卵・乳	21月 みそ豚かつ シーザーサラダ 白菜のからし和え 華大根 エネルギー:837 kcal タンパク質:18.1 g 脂質:47.4 g 食塩:3.2 g ★小麦・卵・乳	22月 ハンバーグ ステーキソース かに入りクリームコロッケ もやしとベーコンのソテー つば漬け エネルギー:833 kcal タンパク質:19.8 g 脂質:38.4 g 食塩:4.1 g ★小麦・卵・乳・乳	23月 豚肉じゃが 野菜春巻 ジューシーメンチカツ 小松菜ともやしのごま和え さくら漬け エネルギー:831 kcal タンパク質:19.4 g 脂質:40.7 g 食塩:3.0 g ★小麦・乳	24月 ピリ辛照りマヨチキン 野菜コロッケ もやしといんげんの炒め物 キャベツと木耳の和え物 しば漬け エネルギー:833 kcal タンパク質:16.8 g 脂質:43.3 g 食塩:3.3 g ★小麦・卵
27月 洋風豚丼 アジフライ ツナもやしサラダ じゃが芋とピーマンのペーパー炒め さくら漬け エネルギー:838 kcal タンパク質:26.1 g 脂質:40.5 g 食塩:3.1 g ★小麦・卵・乳	28月 油淋鶏 棒餃子 キャベツとインゲンのイリチン炒め わかめの梅肉和え つば漬け エネルギー:832 kcal タンパク質:9.1 g 脂質:53.1 g 食塩:3.2 g ★小麦・卵	29月 金沢ビーフカレー ソース焼きそば プレーンオムレツ れんこんのごまドレ和え 赤かっぱ エネルギー:835 kcal タンパク質:15.6 g 脂質:40.8 g 食塩:3.6 g ★小麦・卵・乳	30月 豚焼肉 あさりと菜の花のクリームフライ 根菜煮 小松菜のわさび醤油和え さくら漬け エネルギー:836 kcal タンパク質:20.8 g 脂質:41.2 g 食塩:3.6 g ★小麦・乳	31月 柚子胡椒パスタ 鱈フライ&イカカツ 白菜のチゲ煮 漬け物サラダ 揚げ焼売 エネルギー:839 kcal タンパク質:16.0 g 脂質:40.5 g 食塩:3.3 g ★小麦・卵・乳・卵