

R8 7月 亀岡市中学校昼食弁当献立

- お箸はマイハン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 → 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お願いいたします。

QRコード↓



●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。



@KAMEOKASHICHU_BENTO
Instagram
毎日更新中です！

		1 ハンバーグ ステーキソース 水 ひじきサラダ 大豆のトマト煮 青しそ胡瓜 エネルギー:834 kcal タンパク質:25.4 g 脂質:34.4 g 食塩:4.4 g ★小麦・卵・乳	2 冷しゃぶうどん 木 イカ天 南瓜と竹輪の炊き合わせ 切干大根ごまドレッシング つば漬け エネルギー:836 kcal タンパク質:18.2 g 脂質:29.2 g 食塩:3.8 g ★小麦・卵	3 鶏焼肉 金 さわらフライ キャベツと大豆ミンチの味噌炒め 中華もやし 華大根 エネルギー:833 kcal タンパク質:21.6 g 脂質:37.5 g 食塩:4.1 g ★小麦・卵・乳
6 オムメンチ 月 小松菜と揚げのおひたし 大根とわかめのポン酢和え 青かっぱ エネルギー:837 kcal タンパク質:18.6 g 脂質:38.7 g 食塩:4.3 g ★小麦・卵・乳	7 白身天ぷら ピリ辛甘酢あん 火 野菜春巻 ビーフン炒め 白菜のおひたし 赤かっぱ エネルギー:832 kcal タンパク質:15.3 g 脂質:34.5 g 食塩:5.5 g ★小麦・卵	8 とんかつ 胡麻カツソース 水 キャベツとじゃが芋のオーロラソース ごぼうの金平 漬け物と和え エネルギー:830 kcal タンパク質:15.5 g 脂質:33.9 g 食塩:4.8 g ★小麦・卵・乳	9 塩マーボ豆腐 木 野菜コロケ 小松菜の中華炒め わかめとこんにゃくの青じそ和え つば漬け エネルギー:835 kcal タンパク質:17.5 g 脂質:45.0 g 食塩:4.8 g ★小麦	10 冷製夏野菜パスタ 金 チーズ入りメンチ 切干大根のプルコギ風炒め いんげんのサラダ 赤かっぱ エネルギー:834 kcal タンパク質:15.9 g 脂質:39.1 g 食塩:3.6 g ★小麦・卵・乳
13 ロールキャベツ ビーフステーキ 月 イカカツ マカロニサラダ ごぼうのごまみそ煮 つば漬け エネルギー:832 kcal タンパク質:13.9 g 脂質:33.2 g 食塩:2.9 g ★小麦・卵・乳	14 竜田揚げ 火 棒餃子 小松菜と白菜の煮びたし れんこんのごまドレ和え 赤かっぱ エネルギー:833 kcal タンパク質:21.2 g 脂質:37.2 g 食塩:4.0 g ★小麦・卵・乳	15 肉味噌玉子 水 カレールーフライ キャベツソテー 切干大根のオイスター炒め 青かっぱ エネルギー:836 kcal タンパク質:19.1 g 脂質:38.6 g 食塩:4.4 g ★小麦・卵・乳	16 チリソースマヨ肉団子 木 角ハムカツ 切干しとさつま揚げのラー油炒め ひじきとザーサイの和え物 青しそ胡瓜 エネルギー:833 kcal タンパク質:18.7 g 脂質:35.2 g 食塩:3.9 g ★小麦・卵・乳	17 だし醤油焼きそば 金 アジフィレフライ もやしと木耳のキムチ和え ミニ野菜春巻 しば漬け エネルギー:839 kcal タンパク質:24.2 g 脂質:40.2 g 食塩:2.4 g ★小麦・卵・乳

今月のことば
危ないことは怪我のうち

お問い合わせ：献立に関して／ Rond Food Service (株) ☎075-602-3200
予約システム（注文方法）に関して／ビジネスラリアート (株) ☎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