

R8 8月・9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ました。
- 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。

QRコード↓



@KAMEOKASHICHIU_BENTO

Instagram

毎日更新中です♪

31月 ハンバーグ 和風ステーキソース 山菜と豆腐のごまドレ和え ハムともやしの塩炒め しば漬け エネルギー:831 kcal タンパク質:20.1g 脂質:43.2g 食塩:3.7g ★小麦・卵・乳	1 海老フライ オススメ 火 らっきょうタルタルソース もやしのみそ和え つば漬け エネルギー:839 kcal タンパク質:19.7g 脂質:34.8g 食塩:4.1g ★小麦・卵・乳・E	2 トマト酢鶏 水 炊き合わせ 白菜の旨煮 大根ガリ エネルギー:839 kcal タンパク質:20.8g 脂質:37.3g 食塩:4.2g ★小麦・卵・乳	3 メンチカツのペッパーデミソース 木 ポテトサラダ生姜風味 たけのこと山菜の旨煮 つば漬け エネルギー:833 kcal タンパク質:13.5g 脂質:38.8g 食塩:3.8g ★小麦・卵・乳	4 豚肉の甘辛生姜炒め 金 イタリアントマトフライ キャベツとベーコンのソテー キムチ揚げ餃子 青かっぱ エネルギー:838 kcal タンパク質:16.2g 脂質:50.3g 食塩:2.5g ★小麦・卵・乳・E
7 ハンバーグピカタ 月 ハムポテトサラダフライ ピーマンのバター炒め 切干大根煮 しば漬け エネルギー:832 kcal タンパク質:16.5g 脂質:42.2g 食塩:3.7g ★小麦・卵・乳	8 豚かつ 青じそおろしポン酢 火 ひじきサラダ キャベツソース炒め 青かっぱ エネルギー:835 kcal タンパク質:19.9g 脂質:36.5g 食塩:4.3g ★小麦・卵	9 豚焼肉 水 春巻 ロールキャベツ 和風カレーあんかけ 中華もやし つば漬け エネルギー:837 kcal タンパク質:19.3g 脂質:34.7g 食塩:3.5g ★小麦	10 よだれ鶏 オススメ 木 加入りクリームコロッケ ハムマカロニサラダ インゲンの豆そぼろ炒め パリポリ漬け エネルギー:831 kcal タンパク質:12.9g 脂質:40.2g 食塩:3.3g ★小麦・卵・乳・E	11 オムレツ ビーフステーキソース 金 たっぷりベーコン粒マスタードフライ 小松菜と平天の炒め煮 角切り昆布の生姜煮 赤かっぱ エネルギー:851 kcal タンパク質:18.2g 脂質:42.9g 食塩:3.7g ★小麦・卵・乳
14 唐揚げ 照りおろしソース 月 海鮮チヂミ 白菜とわかめのポン酢和え キムチもやし さくら漬け エネルギー:836 kcal タンパク質:15.5g 脂質:45.7g 食塩:4.7g ★小麦・卵・乳・E	15 豚玉ソース焼うどん 火 アジフライ 焼売 和風味あんかけ 切干大根とワカメのわさび和え 青しそ胡瓜 エネルギー:832 kcal タンパク質:27.2g 脂質:26.4g 食塩:4.8g ★小麦・卵・乳・E	16 ささみフライ&わか 水 もやしと揚げのおひたし 小松菜昆布和え さくら漬け エネルギー:835 kcal タンパク質:18.4g 脂質:35.1g 食塩:3.4g ★小麦・卵・乳	17 肉団子 香味ソース 木 クラッシュハムカツ キャベツとツナのサラダ ひじきのソテー つば漬け エネルギー:838 kcal タンパク質:21.0g 脂質:43.2g 食塩:4.9g ★小麦・卵・乳	18 豚肉のカレーマヨ炒め 金 野菜コロッケ ペンネジェノベーゼ れんこんの酢の物 赤かっぱ エネルギー:833 kcal タンパク質:22.8g 脂質:38.6g 食塩:3.9g ★小麦・卵・乳
21月 敬老の日	22火 国民の休日	23水 秋分の日	24 いわしフライ 木 キャベツと魚肉ソーセージの柚子胡椒サラダ ひじき煮 パリポリ漬け エネルギー:831 kcal タンパク質:16.6g 脂質:40.1g 食塩:4.7g ★小麦・卵	25 ハンバーグ ハニーマスタードソース 金 蒸し鶏とレンコンの煮物 もやしと小松菜の和風サラダ 青かっぱ エネルギー:834 kcal タンパク質:24.4g 脂質:31.7g 食塩:3.9g ★小麦・卵・乳
28月 ごはんのにのせたらソースかつ丼 オススメ 春雨の旨煮 インゲンのおかか和え さくら漬の梅ザーサイ和え エネルギー:833 kcal タンパク質:18.6g 脂質:36.8g 食塩:3.1g ★小麦	29 鶏肉と野菜のオムスター炒め 火 棒餃子 お好み焼き 白菜の味噌炒め しば漬け エネルギー:833 kcal タンパク質:23.0g 脂質:43.4g 食塩:4.6g ★小麦・卵・乳	30 麻婆麺 水 アジフライ たけのこと竹輪のゆず金平 キャベツとツナのごまサラダ 華大根 エネルギー:840 kcal タンパク質:23.1g 脂質:43.8g 食塩:3.1g ★小麦・卵	今月のことば 流れ川に大魚なし 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	