

6月の昼食注文弁当献立（お弁当代390円）

6月 日替りメニュー 2019.

3月  スパカツ トンカツミートソーススパゲティ 海鮮ポパイ炒め 切干大根和風カレー煮 877kcal	4火  具沢山ハ宝菜 チキンカツ 肉団子ゴマ照りダレ 835kcal	5水  鶏の竜田揚げ 玉子焼 ゴーヤチャンプルー 869kcal	6木  MIXグリル〜照焼ソース〜 夏野菜のスパゲティサラダ 850kcal	7金  炭火焼鳥の炒め物 ししゃも酢漬 たらこあさり春雨炒め 841kcal
10月  アジ磯辺フライ&ピリ辛肉じゃが 菜の花めた和え 839kcal	11火  鶏天ぷら〜ネギ香味ソース〜 冷奴 もやし卵炒め 866kcal	12水  塩だれ牛焼肉 海鮮和風カレーペンネ 862kcal	13木  ピザ風メンチカツ 春雨と夏野菜わさびマヨサラダ 839kcal	14金  枝豆ご飯 天ぷら盛合せ&味噌煮うどん 859kcal
17月  海老フライ〜レモンタルソース〜 水餃子 温野菜 845kcal	18火  鶏の揚げ煮 オムレツ〜きのこ山椒あん〜 オクラわさび醤油和え 868kcal	19水  トンカツ〜さっぱりおろしソース〜 坦坦炒り豆腐 851kcal	20木  フラックカレーコロッケ 南瓜フルーツサラダ 田舎煮 864kcal	21金  鶏唐揚げ チャプチェ ゴボウ七味マヨサラダ 888kcal
24月  鶏の竜田揚げ〜野菜おろしあん〜 トマトジャーマンポテト 870kcal	25火  〜夏野菜使用〜黒酢豚 ニラ玉中華ソテー 858kcal	26水  鶏天南蛮 ローススパゲティ 人参シリシリ 872kcal	27木  焼き魚&フライ ひじき炒り豆腐 850kcal	28金  ハンバーグBBQソース〜夏野菜添え〜 レンコン挟み揚げ甘酢あんかけ 888kcal

■お弁当の予約時間■

（日替メニュー）当日の午前8時まで （ヘルシーメニュー）前日の午後5時まで

※ヘルシーメニューについては、予約システム上、前日の午後5時を過ぎても入力が可能ですが、お弁当業者の受付が前日の午後5時となっているため、その時間以降にヘルシーメニューを予約いただいた場合、日替メニューで提供する場合がございます。ご了承くださいませようお願いします。

（注）前日とは、平日のみを指しており、前日が土日祝日の場合は、その前日となります。

■欠食時の取り扱い■

キャンセル可能時間（当日午前8時）以降に発生した、下記事由の場合、当日注文している弁当代金は返金することができませんので、ご了承ください。

- ①警報発令による休校
- ②利用者の事情の場合

6月 ヘルシーメニュー 2019.

3月  さんまのかば焼き 塩焼きビーフン 478kcal	4火  天盛り 親子豆腐煮 ひじきご飯 588kcal	5水  豚肉の柳川風 ピリ辛こんにゃく 534kcal	6木  カレーの唐揚げ ひじきごまマヨサラダ 546kcal	7金  カレールーコロッケ 水菜とじゃこの和え物 631kcal
10月  揚げ鶏とナッツの炒め物 切干大根ごま和え 681kcal	11火  サバの煮つけ 茄子の生姜煮 495kcal	12水  チキン南蛮 和風きのこソテー 703kcal	13木  アジの塩焼き ワカメの酢の物 446kcal	14金  豚肉の生姜炒め ほうれん草とツナのさっと煮 549kcal
17月  マーボーチキン マカロニハムサラダ 739kcal	18火  さわらのカレーパン粉焼き ゴーヤの甘辛煮 571kcal	19水  牛肉たっぷりチャプチェ いんげん卵ソテー 583kcal	20木  オムレツ〜ベジタブルソース〜 レンコンたらこ醤油炒め 681kcal	21金  メバルのアクアパッツァ風 枝豆コーンサラダ 566kcal
24月  ハンバーグトマトソースかけ オクラの和え物 657kcal	25火  濃厚コーンポタージュフライ さつま芋黒ごまサラダ 736kcal	26水  にしんそば 小松菜のお浸し 589kcal	27木  エビチリ キャベツの中華ソテー 559kcal	28金  たらん天ぷら和風あんかけ そうめんチャンプルー 516kcal

【注文方法】 京田辺市中学校昼食予約システム <http://kyotanabe-lunch.eigyo.co.jp/> にログインしてください。

- <1> 利用者登録 初回のみ登録が必要です。
- <2> チャージ 事前にお弁当代のチャージが必要です。
クレジットカード、コンビニ及びゆうちょ銀行を利用して、一定食の料金をお支払ください。
- <3> 弁当注文 パソコン、携帯電話及びスマートフォンから京田辺市中学校昼食予約システムにアクセスして注文してください。