

昼食注文弁当献立 小町弁当(^▽^)/o (お弁当代380円)



月		火		水		木		金	
		10月		中学校によって昼食実施日は異なるため、市HPでご確認の上、ご注文いただきますようお願いいたします。		1		2	
						☆ アカウオの照り焼き ☆ コーン入りメンチカツ 春雨の塩炒め		☆ チーズとベーコンのグラタンフライ ☆ 味噌田楽 チンゲン菜のわさび和え	
5		6		7		8		9	
☆ オムレツきのこクリームソースかけ ☆ 南瓜のいとこ煮 高野豆腐の煮物		☆ カレイの幽庵焼き ☆ 肉味噌田楽 スパゲティサラダ		☆ 油淋鶏 ☆ 炊き合わせ 小松菜の炒め物		☆ 豚の生姜焼き ☆ 出し巻き 金平大根		☆ サバの照り焼き ☆ 焼きそば カリフラワー明太マヨ	
		鶏ごぼうの炊き込みご飯							
エネルギー 603kcal 塩分 2.1g		エネルギー 578kcal 塩分 1.5g		エネルギー 738kcal 塩分 1.9g		エネルギー 609kcal 塩分 1.4g		エネルギー 691kcal 塩分 1.7g	
12		13		14		15		16	
☆ アカウオの漬け焼き ☆ ロールキャベツ 焼きピーマン		☆ 豚と大根の旨煮 ☆ ちくわの磯天 蒟蒻ピリ辛炒め		☆ サバのカレー風味焼き ☆ ジャーマンポテト ごぼうの炒り煮		☆ 鶏のレモンペッパー焼き ☆ イカフライ レンコン炒め		☆ 秋鮭と秋野菜のクリームソース ☆ 麻婆豆腐煮 揚げ餃子	
エネルギー 619kcal 塩分 1.9g		エネルギー 602kcal 塩分 1.1g		エネルギー 710kcal 塩分 1.4g		エネルギー 704kcal 塩分 1.6g		エネルギー 614kcal 塩分 1.4g	
19		20		21		22		23	
☆ 筑前煮 ☆ 白身魚の天ぷら スパゲティサラダ		☆ サワラの照り焼き ☆ 五宝菜 金平ごぼう		☆ ハンバーグ和風ソース ☆ ミニおでん お好み焼き		☆ ハムカツ ☆ 高野豆腐玉子とじ 小松菜のとろろ浸し		☆ アカウオ山椒焼き ☆ 肉じゃが きのこの黒胡椒ソテー	
エネルギー 625kcal 塩分 1.2g		エネルギー 606kcal 塩分 1.8g		エネルギー 608kcal 塩分 1.8g		エネルギー 653kcal 塩分 2.0g		エネルギー 596kcal 塩分 1.9g	
26		27		28		29		30	
☆ 唐揚げ ☆ すきやき風煮 エビと野菜の甘酢炒め		☆ オムレツ デミソース ☆ シーフードフライ 茄子のバジル風味		☆ サワラの生姜焼き ☆ 水餃子 南瓜サラダ		☆ 田楽 ☆ 天ぷら オクラともずくのゆず風味		☆ 鶏と秋野菜の甘酢あん ☆ マカロニサラダ プチケーキ	
エネルギー 679kcal 塩分 1.0g		エネルギー 675kcal 塩分 2.3g		エネルギー 652kcal 塩分 1.3g		エネルギー 596kcal 塩分 2.2g		エネルギー 688kcal 塩分 1.8g	

【注 文 方 法】京田辺市教育委員会注文専用メールに注文メールを送信してください。(注文及びキャンセルともに、利用日の午前8時までに送信してください)

※アドレス kyotanabechu-bentou@city.kyotanabe.lg.jp

【支払い方法】事前に食券を購入して、お弁当と引き換えに配膳員にお渡しください。食券の裏に、必ず「学年・組・名前」を記入してください。

【食券の購入方法】京田辺市役所1階食堂で販売しています。平日:午前11時から午後2時まで 食券10枚綴り 3,800円(10食分)
 平日、午後2時から午後5時までは、教育委員会学校教育課でも販売します。その場合、前日までに予約の電話をお願いします。

【担当課連絡先】京田辺市教育委員会学校教育課 保健給食係 ☎64-1393(直通) ※詳細は、市HPをご覧ください。

