



昼食注文弁当献立表

中学校ごとに昼食実施日は異なります。実施日は、市ホームページで確認してください。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1日 さばごま味噌焼き & 牛肉コロッケ えび焼売 小松菜浸し エネルギー 373 たんぱく質 18.1 脂質 21.6	2日 ローストンカツ & 玉子とし煮 細のピーチサラダ 昆布煮 エネルギー 362 たんぱく質 17.3 脂質 22.2	3日 エビフライ & ペペロンチーノスパ 合鴨スライスつき ひしき煮 ウインナーじゃが芋串フライ エネルギー 323 たんぱく質 18.0 脂質 17.1
6日 ご飯によく合う! 焼肉カルビカツ さつまいもサラダ チンゲン菜浸し 高野煮 エネルギー 372 たんぱく質 18.5 脂質 21.5	7日 ソースメンチカツ & 麻婆茄子 さば塩焼き 焼きそば エネルギー 384 たんぱく質 18.6 脂質 21.9	8日 鶏すき オクラずいし詰め天 切干大根煮 菜の花からし和え エネルギー 339 たんぱく質 17.1 脂質 17.4	9日 豚ロース天ぷら & カニコロッケ 金平ごぼう 厚焼き玉子 エネルギー 363 たんぱく質 17.5 脂質 19.7	10日 おろしポン酢付 とりの唐揚げ 若竹煮 ポークビーンズ 菜めしご飯 エネルギー 335 たんぱく質 17.5 脂質 17.4
13日 ほんどの甘い 卵の花コロッケ & 肉味噌炒め 竹輪ピリ辛サラダ 筑前煮 エネルギー 379 たんぱく質 17.1 脂質 19.2	14日 厚切りハムカツ ミートソースかけ 小松菜ピーナッツ和え ひしき煮 エネルギー 376 たんぱく質 18.4 脂質 19.3	15日 サクふわおいしい カレーの天ぷら コーンサラダ しょうまい チンジャオロース風 エネルギー 362 たんぱく質 17.9 脂質 19.3	16日 サルーネ & スパイシーカレーの包み揚げ 五目豆煮 スパゲティサラダ エネルギー 382 たんぱく質 17.5 脂質 23.1	17日 とろっとオムレツ ハンバーグ ポテトサラダ 人参シソ炒め 高野ピリ辛煮 エネルギー 369 たんぱく質 19.6 脂質 24.8
20日 食べてみてね いか入り冷製パスタ & 白身魚フライ 切干大根煮 鶏の唐揚げ エネルギー 375 たんぱく質 18.0 脂質 24.6	21日 中華弁当 ～酢豚 & 餃子～ 菜の花旬菜煮 コーンサラダ エネルギー 371 たんぱく質 17.4 脂質 22.2	22日 野菜和風あんかけ シマカツオの唐揚げ & 春巻き なにわ風玉子焼 昆布煮 エネルギー 362 たんぱく質 17.5 脂質 19.6	23日 夏野菜 スパイシーな カレーコロッケ 春雨チャンプル 大根煮 わかめチヨレ和え エネルギー 334 たんぱく質 19.4 脂質 19.6	24日 迷わずオーダー 天ぷら盛り合わせ かぼちゃサラダ 根菜煮 十六穀米ご飯 エネルギー 372 たんぱく質 17.2 脂質 20.2
27日 ごきげんいかがだった ローストンカツ 春雨サラダ 五目ひしき煮 キャベツ酢の物 エネルギー 375 たんぱく質 18.2 脂質 21.4	28日 お醤油でどうぞ アジフライ 細切昆布煮 ミニハンバーグ 竹の子おかわ煮 エネルギー 328 たんぱく質 19.2 脂質 20.1	29日 オイスターソース 焼きそば ケチャップ揚げしょうまい 小結びしらたき ピーマン油揚げ煮 エネルギー 327 たんぱく質 17.2 脂質 17.5	30日 さかなフレークの ヘルシービビンバ 野菜コロッケ マカロニサラダ えび豆煮 エネルギー 372 たんぱく質 19.0 脂質 21.1	

注文専用フォームから
お申し込みください



注文専用フォーム
の画面に従って、
希望日の午前8時
までに申し込んで
ください。

電子メールの場合は
こちらから

- 注文方法(メールの場合)**
注文専用メールに件名を「〇月〇
日昼食弁当注文」とし、本文に「学校
名」「学年・クラス」「生徒名」を記載し
送信してください。
注文専用メールアドレスは、こちら
です。
kyotanabechu-
bentou@city.kyotanabe.lg.jp
▼下のQRコードから送信できます。

- 注文弁当代**
1食390円(税込み)
食券(10枚綴) 1冊3,900円

- 支払方法**
京田辺市役所教育部学校給食課に
備え付けの「食券購入申込書」に必要
事項を記入の上、食券購入代金を添
えて申し込んでください。
購入にあたっては、できる限り釣銭
のないように事前に購入金額をご準
備ください。

- 販売時間**
京田辺市役所開庁日
午前8時30分～午後5時15分
正午から午後1時までを除く

- 問合せ先**
市教育委員会学校給食課
電話:64-1390

