

10月

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。

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

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日 チーズソース入り メンチカツ ピリ辛和風スパゲティ オムレツ 五目高野煮 エネルギー 379 たんぱく質 17.5 脂質 19.0	4日 栄養満点!! ホッケの塩焼き 細切昆布煮 玉子焼 しゅうまい エネルギー 334 たんぱく質 18.3 脂質 17.2	5日 コチュジャン付き 肉味噌ビビンバ 海鮮千切り 金平ごぼう 茄子南蛮 エネルギー 382 たんぱく質 17.1 脂質 22.0	6日 スペイン風炒め & ベシャメルフライ 揚げたけとチーズの 塩焼きそば ミニバーグ エネルギー 351 たんぱく質 18.5 脂質 17.0	7日 濃厚味噌の 味噌カツ アジ南蛮 枝豆サラダ 南瓜煮 エネルギー 346 たんぱく質 17.3 脂質 20.9
10日 スポーツ日 エネルギー 378 たんぱく質 17.0 脂質 23.5	11日 ご飯にもよく合う 明太子クノール かぼちゃサラダ 切干大根煮 豚串カツ エネルギー 378 たんぱく質 17.0 脂質 23.5	12日 チキンカツ & 赤魚唐揚げとイカフライ 甘酢あんかけ 細のビーフサラダ チンゲン菜中華和え エネルギー 336 たんぱく質 16.5 脂質 16.7	13日 なめらかクリーム カニクリームコロッケ & 麻婆茄子 根菜煮 つくね串 エネルギー 386 たんぱく質 16.3 脂質 22.7	14日 えびフライ 最強のWメイン & ローストンカツ ひじき煮 十六穀米ご飯 エネルギー 372 たんぱく質 17.5 脂質 20.0
17日 お醤油味の チキンステーキ 焼ビーフン 五目豆煮 玉子サラダ エネルギー 379 たんぱく質 19.4 脂質 19.2	18日 焼売弁当 もやしナムル 昆布煮 かき揚げ エネルギー 362 たんぱく質 16.1 脂質 22.0	19日 ほっこりおいしい 鶏すき煮 うどん入り 玉子焼 ハムカツ カリフラワーオーロラサラダ エネルギー 320 たんぱく質 17.2 脂質 18.9	20日 白身魚フライ & ミートスパゲティ ポテトサラダ 照焼肉団子 エネルギー 384 たんぱく質 17.8 脂質 20.1	21日 エssen自慢の 手作り唐揚げ トマトペンネグラタン フキアジフライ 春雨サラダ エネルギー 381 たんぱく質 16.2 脂質 24.3
24日 贅沢ランチ チキン南蛮 & ケチャップバーグ さつまいもサラダ 三度豆煮 エネルギー 368 たんぱく質 19.4 脂質 19.6	25日 さけの クリームフライ ちらし春雨 明太子マカロニ 若竹煮 エネルギー 374 たんぱく質 18.1 脂質 19.7	26日 絶妙な組み合わせ きのこバターオムレツ & いわし蒲焼 メンチカツ 小結びしらたき エネルギー 371 たんぱく質 19.3 脂質 22.9	27日 だし香る... 焼うどん 竹輪ピリ辛サラダ イカカツ 揚げケチャップがらめ エネルギー 379 たんぱく質 17.7 脂質 23.8	28日 売り切れ御免!! 松茸御膳 天ぷら盛合せ エネルギー 362 たんぱく質 16.2 脂質 19.4
31日 ざくざくキャベツの キャベツメンチカツ インゲンサラダ ひじき煮 ハロウィンラムネ エネルギー 381 たんぱく質 19.9 脂質 21.3				

1. 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。

2. 注文弁当代

1食390円(税込み)

食券(10枚綴) 1冊3,900円

3. 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。

4. 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

5. 問合せ先

市教育委員会学校給食課

電話:64-1390

