

9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。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1日 トマト風味の たっぷりベーコンフライ & 玉子とし煮 ごぼう山クラゲ煮 チンゲン菜浸し エネルギー 370 たんぱく質 19.3 脂質 23.6	2日 今日もおいしい 贅沢ランチ ～えびフライ&照焼ハンバーグ～ 細切昆布煮 大根サラダ エネルギー 378 たんぱく質 17.7 脂質 17.4
5日 ふわふわ豆腐天 & かにかんかけ 巻き さつま芋サラダ ひじき煮 エネルギー 372 たんぱく質 18.3 脂質 23.4	6日 おいし〜ダシに漬かった さば揚げ浸し ソースメンチカツ フルーツサラダ 若竹煮 エネルギー 377 たんぱく質 17.3 脂質 24.5	7日 肉味噌たっぷり 汁なし担々麺 れんこん金平 イカフライ ゴーヤサラダ エネルギー 384 たんぱく質 20.2 脂質 18.7	8日 フレシャッサ 世界の お菓子を 牛肉コロケ ポークビーンズ エネルギー 349 たんぱく質 18.8 脂質 17.0	9日 ビリッと刺激を... えび千り 菜の花旬菜煮 しょうまい おかかご飯 エネルギー 343 たんぱく質 16.3 脂質 19.8
12日 蒸し鶏チャフチェ & カニコロケ 野菜たっぷり 明太子マカロニ 切干大根煮 エネルギー 371 たんぱく質 19.4 脂質 17.8	13日 とり天中華あんかけ & ポテトサラダフライ 玉子サラダ 根菜煮 エネルギー 380 たんぱく質 17.3 脂質 23.1	14日 えびカツ & ピリ辛中華スパゲティ キャベツサワークリーム和え 人参シシリ エネルギー 328 たんぱく質 16.3 脂質 17.4	15日 まだまだ暑いこの季節... キーマカレー & メンチカツ 竹輪ピリ辛サラダ さば竜田揚げ エネルギー 380 たんぱく質 16.9 脂質 24.6	16日 いつもと違う味付けて ローストンカツ 大根煮 なにわ風玉子焼 かぼちゃサラダ エネルギー 349 たんぱく質 17.0 脂質 19.7
19日 敬老の日	20日 ほんのり甘い すき焼き風コロケ 枝豆サラダ 金平ごぼう アジのつみれ エネルギー 379 たんぱく質 19.2 脂質 24.6	21日 ご飯がすすむ いわし蒲焼 照焼鶏野菜肉巻き ひじき豆煮 チンゲン菜中華炒め エネルギー 355 たんぱく質 17.4 脂質 17.4	22日 みぞれあんかけ といの唐揚 筑前煮 アジ大葉フライ グリーンピースサラダ エネルギー 369 たんぱく質 19.3 脂質 24.6	23日 秋分の日
26日 大きくてうまい!! 極厚ハムカツ たらこスパゲティ ひじき煮 フキエビフライ エネルギー 321 たんぱく質 17.3 脂質 18.1	27日 豚串カツ & 甘酢あんかけ 赤魚唐揚げとイカフライ 春雨サラダ 竹の子しめじ煮 エネルギー 342 たんぱく質 17.1 脂質 19.8	28日 海苔の香りがたまらない のり塩チキンカツ ポテトサラダ 高野煮 ケチャップ揚げしょうまい エネルギー 382 たんぱく質 16.3 脂質 22.7	29日 食べてみてええ〜 豆腐ハンバーグ & 彩りフライ キンピラサラダ 焼きそば ハムとスッキーニ エネルギー 373 たんぱく質 16.2 脂質 18.3	30日 迷わずオーダー 天ぷら盛り合わせ 松茸ご飯 エネルギー 362 たんぱく質 17.5 脂質 18.5

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

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](mailto: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

