



# きゅうメール

【日にち】 9月18日（火）

【こんだて】 <sup>しゅしよく</sup>主食 <sup>はん</sup>ご飯 中学校欠食

<sup>しゅさい</sup>主菜 臭だくさんオムレツ

<sup>ふくさい</sup>副菜 モロヘイヤのスープ

チリコンカン

<sup>ぎゅうにゅう</sup>生乳 <sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳

【<sup>はいぜんす</sup>配膳図】



【<sup>きょうちさんちしよく</sup>今日の地産地消】

<sup>ちづちようさんこめ</sup>智頭町産：米、<sup>とうふ</sup>とうふ（<sup>なかやとうふてん</sup>なかや豆腐店）

<sup>とっとりけんさんぎゅうにゅうぶたにくみすにだいす</sup>鳥取県産：牛乳、豚肉、たまご、水煮大豆、たまねぎ

【<sup>きゅうしよく</sup>給食センターより】

モロヘイヤは、エジプト<sup>う</sup>生まれの<sup>りよくおうしよくやさい</sup>緑黄色野菜です。<sup>こだい</sup>古代エジプトの<sup>おうさま</sup>王様が<sup>びょうき</sup>病気になったとき、モロヘイヤの<sup>の</sup>スープを飲んで<sup>びょうき</sup>病気が<sup>なお</sup>治ったことから、「<sup>おうさま</sup>王様の<sup>やさい</sup>野菜」とも言われています。<sup>い</sup>様々な<sup>さまざま</sup>ビタミンやミネラル、<sup>しょく</sup>食物<sup>くもつ</sup>せんいが<sup>ほうふ</sup>豊富です。