



# きゅうメール

【日にち】 10月1日(月)

【こんだて】  
主食 コッペパン  
主菜 若鶏肉のはちみつ照り焼き  
副菜 パンプキンポタージュ  
米粉マカロニサラダ  
生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：かぼちゃ・じゃがいも(白岩さん)

鳥取県産：牛乳、鶏肉、しょうが、たまねぎ、スキムミルク

【給食センターより】

今日から10月です。ずいぶんと涼しくなり、過ごしやすい気候となりましたが、気温の変化から体調をくずしやすい時期でもあります。今日は、地元産のかぼちゃをたっぷり使ったパンプキンポタージュにしました。かぼちゃは、夏が旬の緑黄色野菜ですが、皮がかたいかぼちゃは日持ちがするので、夏に収穫してから冬まで食べることができます。風邪などの病気の予防や、疲労回復に効果があります。