



きゅうメール

【日にち】 10月3日（水）

【こんだて】

しゅしよく
主食

くりはん
栗ご飯

しゅさい
主菜

はたはたの南蛮漬け

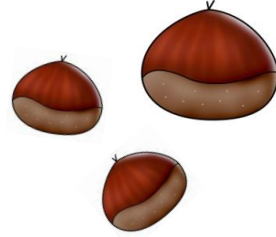
ふくさい
副菜

こまつなと油揚げのみそ汁

しろ
白ねぎのたまごとじ

ぎゅうにゅう
生乳

ぎゅうにゅう
牛乳



はいぜんす
【配膳図】



きょうちさんちしやう
【今日の地産地消】

ちづちやうさんこめ
智頭町産：米、しろねぎ（たけした
竹下さん）、みそ（こがつでんのうさんぶつかこうしよ
五月田農産物加工所）

とっとりけんさんぎゅうにゅう
鳥取県産：牛乳、はたはた、たまご、油揚げ、たまねぎ、ねぎ、にんじん
だいこん、さといも

きゅうしよく
【給食センターより】

しろ
白ねぎは、とっとりけんない
鳥取県内のいろいろなところで作られていて、とっとりけんぜんこく
鳥取県は全国でも大きなしろ
白ねぎの産地のひとつです。ふゆしゆん
冬が旬のイメージですが、品種を
か
変えて栽培することにより、ねんじゅう
1年中おいしく食べられます。しろ
白ねぎの白い
ぶんぶん
部分にはビタミンC、みどりぶんぶん
緑の部分にはカロテンが多く含まれています。また、しろ
白ねぎの香りの成分には、けっこうよ
血行を良くして体を温め、からだあたたか
疲れをとるはたらきがあります。これからの季節に積極的に食べたい野菜のひとつです
ね。きょうしろ
今日の白ねぎは、じもとしゅうかく
地元で収穫された白ねぎです。