



きゅうメール

【日にち】 12月6日(水)

【こんだて】
主食 ^{しゆしよく} ご飯 ^{はん}
主菜 ^{しゆさい} 揚げだし豆腐 ^{あ どうふ} の野菜 ^{やさい} あんかけ
副菜 ^{ふくさい} 肉 ^{にく} じゃが ^{じゃが} さつま
はくさい ^{はくさい} のゆず ^{か あ} 香 ^か 和 ^あ え
生乳 ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ^{ぎゅうにゅう}

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、しろねぎ(竹下さん)、乾燥きくらげ(富沢地区振興協議会)

さつまいも、ゆず、はくさい、じゃがいも

鳥取県産：牛乳、たまねぎ、にんじん、しょうが

【給食センターより】

じゃがいもは、主な成分は、エネルギーのもとになるでんぷんですが、風邪予防に効果的なビタミンCや、お腹の調子を整えてくれる食物せんいも多く含んでいます。今日は、同じく食物せんいたっぷりのさつまいもと一緒に、肉じゃがさつまにしました。どちらも町内でとれたものを使っています。