



きゅうメール

【日にち】 1月10日（木）

【こんだて】
主食 ごはん
主菜 まさご揚げ
副菜 なめこ汁
キャベツのじゃこ炒め
生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、白ねぎ(竹下さん)、はくさい、だいこん、みそ(嶋田さん)

鳥取県産：牛乳、油揚げ、にんじん

【給食センターより】

「まさご（真砂）」とは、「細かい砂」を意味する言葉です。まさご揚げは、砂のように細かく刻んだ具材やひき肉を豆腐と混ぜて形を整え、油で揚げた料理です。たんぱく質やカルシウム、食物せんいなど、大豆の栄養が詰まっています。