



# きゅうメール

【日にち】 2月6日（水）

【こんだて】 主食 ご飯

主菜 はまちのごまみそ焼き

副菜 豆腐とわかめのすまし汁

切り干大根のソース炒め

生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、豆腐（大豆：智頭農林高校、製造：なかや豆腐店）

みそ（綾木さん）

鳥取県産：牛乳、はまち、豚肉、わかめ、えのきたけ、たまねぎ、にんじん

しろねぎ

【給食センターより】

はまちは、「ツバス⇒ハマチ⇒メジロ⇒ブリ」というように、大きくなるにつれて呼び名が変わる出世魚です。DHAやEPAという、脳の活性化や生活習慣病の予防が期待できる成分を豊富に含んでいます。給食では、鳥取県産のはまちを使っています。