



きゅうメール

【日にち】 がつ よっか げつ
3月4日（月）

【こんだて】 しゅしよく こがた
主食 小型コッペパン
しゅさい たらのハーブ焼き
副菜 クリームスパゲッティー
イタリアンサラダ
ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう
生乳 牛乳

はいげん す
【配膳図】



きょう ちさん ちしょう
【今日の地産地消】

ちづ ちょうさん
智頭町産：

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とうにゅう
鳥取県産：牛乳、豆乳、エリンギ、にんじん、ブロッコリー

きゅうしよく
【給食センターより】

ブロッコリーは、花のつぼみを食べる花野菜のひとつで、花を咲かせるための栄養がたくさん詰まっています。栄養価の高い緑黄色野菜であり、目のはたらきを守ったり、風邪を予防したりするカロテンやビタミンCを多く含みます。春と冬に旬のむかえますが、秋から冬にかけてとれるブロッコリーは、やわらかくて甘いのが特徴です。イタリアンサラダに入っている今日のブロッコリーは、鳥取県産のブロッコリーです。