



# きゅうメール

【日にち】

がつ なのか もく  
3月7日（木）

ちゅうがっこう ねん けつしよく  
中学校3年欠食

【こんだて】

しゆしよく はん  
主食 ご飯

しゆ さい うめ に  
主菜 いわしの梅おかか煮

ふく さい じる  
副菜 かす汁

だいこんのそぼろ煮

ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう  
牛乳 牛乳

はいげん す  
【配膳図】



きょう ちさん ちしよく  
【今日の地産地消】

ちづ ちようさん こめ すわ しゆぞう たけた  
智頭町産：米、さけかす（諏訪酒造）、みそ（武田さん）、さといも

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく しろねぎ、にんじん  
鳥取県産：牛乳、いわし、豚肉、鶏肉、しろねぎ、にんじん

きゅうしよく  
【給食センターより】

いわしには、脂のなかに頭のはたらきを良くするDHAが豊富に含まれています。いわしのほかにも、さばやあじ、さんまなどの青背の魚に多く含まれています。給食では、鳥取県で水揚げされる魚を取り入れるようにして、今日のいわしも鳥取県産のいわしを加工したものです。よくかんで食べましょう。