

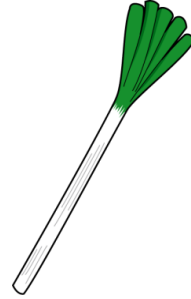


きゅうメール

【日にち】 3月13日（水）

【こんだて】

主食	ご飯
主菜	ちくわのツナマヨ焼き
副菜	中華スープ
	しろねぎのたまごとじ
生乳	牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、豚肉、たまご、エリンギ、チンゲンサイ、しろねぎ
にんじん

【給食センターより】

しろねぎは、鳥取県内のいろいろなところで作られていて、鳥取県は全国でも有名なしろねぎの産地のひとつです。冬が旬のイメージで、鍋もの具としてよく食べられています。品種を変えて栽培することにより、1年中おいしく食べられます。しろねぎの白いにはビタミンC、緑色の部分にはカロテンが多く含まれています。また、しろねぎの香りの成分には、血行を良くして体を温め、疲れをとるはたらきがあります。