



きゅうメール

【日にち】 6月25日（火）

【こんだて】
 主食 ご飯
 主菜 砂丘らっきょうのピリ辛そぼろ
 副菜 なすのみそ汁
 きゅうりとささみの梅こんぶ和え
 牛乳 牛乳
 その他 ミニトマト



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、厚揚げ（なかや豆腐店）、みそ・たまねぎ（武田さん）

鳥取県産：牛乳、豚ひき肉、なす、らっきょう甘酢漬け、しめじ、ねぎ
にんにく、きゅうり

【給食センターより】

鳥取県内でもなすがとれる時期になりました。今日のみそ汁のなすは、県内で収穫されたなすを使っています。鳥取県でたくさん栽培されているなすは、「千両なす」という種類のなすで、県内ではとくに「大黒なす美」という愛称で親しまれています。なすの紫色の皮には、目のはたらきを良くする「アントシアニン」という色素が含まれています。水分が多く、体を冷やしてくれるはたらきがあるので、暑い時期にぴったりの夏野菜です。

今日の主菜の「砂丘らっきょうのピリ辛そぼろ」は、ご飯に添えて一緒に食べるとおいしいです。