



きゅうメール

【日にち】 6月27日（木）

【こんだて】
主食 ご飯
主菜 オムレツのケチャップソースがけ
副菜 カレースープ
シーフードサラダ
牛乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、たまねぎ・キャベツ（武田さん）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、じゃがいも、なす、しめじ、トマト
トマトピューレ

【給食センターより】

今日は、鳥取県産のトマトとトマトピューレを使ってトマトソースを作り、オムレツにかけています。トマトは夏野菜のひとつです。トマトの真っ赤な色は、「リコピン」という色素によるもので、血管や血液をきれいに保ち、老化を予防したり、肌を美しくしたりする効果があります。赤色が濃いほどリコピンが含まれています。これからの季節、旬のトマトを積極的に食べたいですね。