



きゅうメール

【日にち】

6月28日（金）

かみかみ献立の日

【こんだて】

主食 麦ご飯

主菜 あごのかば焼き

副菜 豚汁

五目豆煮

牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、水煮大豆（綾木さん）、みそ（武田さん）

鳥取県産：牛乳、あご、豚肉、鶏肉、油揚げ、さといも、ねぎ

ほししいたけ

【給食センターより】

今日は「かみかみ献立の日」です。かみごたえのあるごぼうやだいこんなどの根菜類をたくさん使っています。根菜類には、食物せんいも豊富に含まれています。いつもよりかむことを意識して食べましょう。

鳥取県や島根県などの山陰地方では、「とびうお」のことを「あご」と呼び、初夏の訪れを告げる魚として親しまれています。今はあごの水揚げが増える時期なので、開きにしたあごをから揚げにして甘辛いタレをかけて、かば焼き風にしました。