



きゅうメール

【日にち】

9月26日（木）

小学校5・6年中止

【こんだて】

主食 ご飯

主菜 ちくわのツナマヨ焼き

副菜 いももち汁

キャベツのじゃこ和え

牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、たまねぎ、だいこん、しめじ

【給食センターより】

みなさんは毎日の食事をよくかんで食べていますか？よくかむことは、頭のはたらきを良くし、肥満を防いだり、消化吸収を良くしたり、味覚を発達させることにもつながります。大人ももちろんですが、成長期のみなさんが食べ物をよくかんで食べることは、特に大切なことです。今日は、ちくわやいももち、ちりめんじゃこなど、かみごたえのある食材を意識しながら、よくかんで食べましょう。