



# きゅうメール

【日にち】

10月1日(火)

【こんだて】

主食 ご飯

主菜 さけの和風マヨネーズ焼き

副菜 豆腐のすまし汁

ブロッコリーのごま和え

牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、みそ(鳶田さん)、豆腐(なかや豆腐店)

鳥取県産：牛乳、たまねぎ、わかめ、干しいたけ、ねぎ

ブロッコリー

【給食センターより】

ブロッコリーには、ビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCは、風邪の予防や疲れをとるはたらきなどがあります。今日は鳥取県中部で収穫されたブロッコリーを使っています。