



きゅうメール

【日にち】

10月2日(水)

【こんだて】

^{しゅしょく} **主食** ^{はん} ご飯
^{しゅさい} **主菜** えびのチリソース炒め
^{ふくさい} **副菜** ^{ちゅうか} 中華もずくスープ
 はるさめの酢^{すのもの}の物
^{ぎゅうにゅう} **牛乳** ^{ぎゅうにゅう} 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、にんにく（白岩さん）

鳥取県産：牛乳、たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ、きゅうり

【給食センターより】

はるさめは、豆やいものでんぷんから作られた中国発祥の食べ物で、鎌倉時代に精進料理として日本に伝わってきました。中国は、緑豆で作られた「緑豆はるさめ」、日本では風土の違いから緑豆を栽培しにくいので、じゃがいもやさつまいものでんぷんで作られた「でんぷんはるさめ」が多く作られています。

では、「はるさめ」は赤・黄・緑の三つのはたらきのグループのどのグループにわけられるでしょうか。

正解は、黄色のグループで、ごはんやパン、めん類やいも類と同じ主にエネルギーのもとになるはたらきがあります。給食では、北海道産のじゃがいもでんぷんで作られたはるさめを使っています。