



# きゅうメール

【日にち】 10月4日（金）

【こんだて】

主食 麦ご飯  
 主菜 きのことソースハンバーグ  
 副菜 コロコロサラダ  
 カレースープ  
 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、鶏肉、水煮大豆、しめじ、えのきたけ、ながいも

たまねぎ、なす、にんじん、きゅうり

【給食センターより】

今日のカレースープには、鳥取県中部の砂丘地で栽培された「砂丘ながいも」が入っています。砂丘ながいもは、細かい粒の砂地で作るの、表面がきれいで、まっすぐなのが特徴です。いも類ではめずらしく生で食べられるので、すりおろしてとろろにしたり、和え物にするとおいしいです。また、今日のように火を通して食べると、ホクホクとした食感を楽しむこともできます。消化を助ける酵素や、体力をつけ、疲れをとる成分を含んでいます。