



# きゅうメール

【日にち】

10月24日（木）

【こんだて】

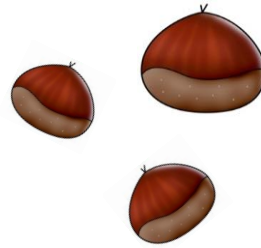
主食 栗ご飯

主菜 はたはたの南蛮漬け

副菜 もみじ麩のすまし汁

いかとさといものみそ煮

牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、さといも（谷口さん）、みそ（綾木さん）

豆腐（なかや豆腐店）

鳥取県産：牛乳、はたはた、わかめ、干しいたけ

【給食センターより】

今日は地元でとれたさといもと、良質なたんぱく質が豊富ないかをみそ煮にしました。里いもは、山でとれる「山いも」に対し、里でとれるいもであることから「里いも」と名付けられました。日本に伝わったのは、米の栽培が始まる前の縄文時代で、とても歴史のある食べ物です。里いも特有のぬめりは、免疫力高め、胃や腸の壁を守るはたらきがあります。