



きゅうメール



【日にち】

11月8日(金)

読書週間献立最終日

【こんだて】

主食 玄米ご飯

「いい歯の日」献立

主菜 イカリングフライ



副菜 コロコロビーフカレーシチュー

海そうサラダ

牛乳 牛乳

その他 野菜畑のかりかり豆



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、じゃがいも（谷口さん）、にんにく（白岩さん）

鳥取県産：牛乳、牛肉、水煮大豆、にんじん、きゅうり

二十世紀梨ピューレ、発芽玄米、野菜畑のかりかり豆

【給食センターより】

「読書週間献立」最終日の今日は、みんな大好きカレーライスのおはなしを取り上げました。このおはなしに登場するみきちゃんは、具合の悪いおかあさんに代わって夕ご飯を作ろうと考えます。「なに作ろうかな・・・」と迷っているみきちゃんの前に三毛猫が現れ、カレーライスを作ろうと言い出します。この三毛猫の正体が知りたい人はぜひ、この絵本「カレーライスとまねきねこ」を読んでみてくださいね。

また、今日11月8日は「いい歯の日」です。毎日使う大事な自分の歯のために、カルシウムがたくさん含まれる食べ物や、歯やあごを丈夫にするかみごたえのある食べ物をたくさん使った献立にしました。いつもより良くかんで食べることを意識してみましよう。