



# きゅうメール

【日にち】

11月28日(木)



【こんだて】

主食 麦ご飯

主菜 あじメンチカツ

副菜 白玉みそ汁

ひじきの炒り煮

牛乳 牛乳

その他 チーズ

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、みそ（綾木さん）、しろねぎ（竹下さん）

鳥取県産：牛乳、油揚げ、水煮大豆、あじすり身、にんじん、だいこん

しいたけ

【給食センターより】

毎月「8」のつく日はかみかみ献立の日です。給食では、かみかみ献立の日には、とくにかむことを意識した、かみごたえのある食品を使った献立や、丈夫な歯を作るために必要なカルシウムなどの栄養素がたくさん含まれている食品を使った献立にしています。今日は、あじのすり身を使ったメンチカツや、ひじき、チーズなどのカルシウムたっぷりの食品を献立に取り入れしました。よくかんで食べましょう。