



きゅうメール

【日にち】

1月20日（月）

【こんだて】

主食 大山の恵みコッペパン

主菜 かぼちゃとひき肉のフライ

副菜 キャロットポタージュ

大豆サラダ

生乳 牛乳

その他 りんご



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：

鳥取県産：牛乳、鶏肉、水煮大豆、しめじ、にんじん、キャベツ

りんご

【給食センターより】

今日の汁物は、カロテンたっぷりのにんじんを使ったキャロットポタージュです。にんじんは、冬が旬の緑黄色野菜ですが、地域によっては夏にも作られています。鮮やかなオレンジ色が給食の彩りを良くしてくれるのと、カロテンを多く含む栄養価の高い野菜であることから、毎日のように給食に取り入れています。細胞の老化を防ぎ、免疫力を高めて、風邪などの感染症にかかりにくくするはたらきがあります。