



きゅうメール

【日にち】 2月25日（火）

【こんだて】
主食 ご飯
主菜 はたはたの南蛮
副菜 ジャがいものみそ汁
切り干しだいこんのソース炒め
生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、みそ（武田さん）

鳥取県産：牛乳、豚肉、はたはた、えのきたけ、キャベツ、にんじん

切り干しだいこん

【給食センターより】

切り干しだいこんは、細く切っただいこんを干して乾燥させた保存食です。干して乾燥させることにより、日持ちするだけでなく、鉄や食物せんい、カルシウムなどの成分が増すと共に、うま味も凝縮されます。含め煮などの煮物にして食べられることが多いですが、水でもどしてから食感が残る程度にゆでて和え物やサラダにしてもおいしいです。今日は、みなさんが好きな味付けで炒めています。よくかんで食べましょう。