



# きゅうメール

【日にち】 がつ 4月14日 (火) にち か

【こんだて】

しゅしよく はん 主食 ご飯

しゅさい わか とりにく あ 主菜 若鶏肉のから揚げ

ふくさい 副菜 もずくスープ

はる しょう いた 春キャベツの塩こうじ炒め

ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう 生乳 牛乳



はいぜん す 【配膳図】



きょう ちさん ちしょう 【今日の地産地消】

ちづ ちよきん こめ どうふ 智頭町産：米、豆腐（なかや豆腐店）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく えのきたけ、にんじん、ほうれんそう  
しょう 塩こうじ

きゅうしよく 【給食センターより】

給食では、町内の豆腐店からお豆腐をいただいています。大豆の収穫時期になると、智頭農林高校の高校生によって栽培された大豆を使った豆腐を、給食で使用することもあります。大豆は日本人の食生活と深い関わりがある食べ物です。大豆には良質なたんぱく質だけでなく、他の栄養素もバランス良く含まれていて、さらに豆腐に加工することで、大豆そのものよりも大豆の栄養が吸収されやすくなります。今日はもずくスープに入っています。