



# きゅうメール



【日にち】

6月18日(木)

かみかみ献立

【こんだて】

主食 ご飯

主菜 はまちのごまみそ焼き

副菜 いももち汁

たけのこの炒り煮

牛乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、みそ（綾木さん）

鳥取県産：牛乳、はまち、ほししいたけ、ねぎ、たけのこ

【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。この日にはとくにかみごたえのある食べ物をたくさん使ったり、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べ物を使ったりしています。

今日の副菜は、かみごたえがあるたけのこを大きめに切って炒り煮にしました。給食で使用しているたけのこは、竹林の里として有名な八頭町船岡地域で収穫されたたけのこを、同じ船岡地域にある加工施設でゆでて加工し、年間を通して鳥取県内の学校給食で使用されています。たけのこには食物せんいが多く含まれていて、お腹の調子を整えるはたらきがあります。