



きゅうメール

【日にち】 8月28日（金）

【こんだて】

主食 麦ご飯

主菜 フランクフルトのトマトソースがけ

副菜 夏野菜のカレーシチュー

夏だいこんサラダ

生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、なす（竹下さん）、にんにく（白岩さん）

乾燥きくらげ（富沢地区振興協議会）、じゃがいも

鳥取県産：牛乳、豚肉、トマト、ピーマン、たまねぎ、きゅうり、だいこん

二十世紀なしピューレ

【給食センターより】

現在、鳥取県内に熱中症特別警報が発令中です。熱中症予防には、こまめに水分を取ることが重要です。あわせて、暑さに負けない強い体をつくるために、1日3食の食事でも大切になります。今日は、町内や県内でとれた夏野菜をたっぷり使ったカレーです。夏野菜にはビタミンやミネラルが豊富に含まれているだけでなく、水分もたくさん含まれています。また、カレー粉などの香辛料には、食欲アップの効果もあります。まだまだ暑い日が続きます。しっかり食べて、強い体をつくりましょう。