



きゅうメール

【日にち】 11月10日（火）

※献立を一部変更しています。

【こんだて】

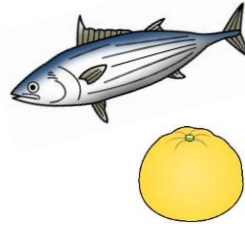
主食 ご飯

主菜 かつおのフライ

副菜 みそけんちん汁
五目大豆煮

生乳 牛乳

その他 ゆずゼリー



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、はくさい・にんじん・みそ（白岩さん）、さといも（谷口さん）
豆腐（なかや豆腐店）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、油揚げ、えのきたけ、ごぼう

【給食センターより】

かつおは、多くの種類のビタミンとミネラルを多く含む青背の魚です。とくに、骨を丈夫にするビタミンDや、貧血を予防する鉄分、疲れをとるはたらきのあるタウリンが多く含まれています。泳ぐ早さは魚の中で最速とされ、時速100kmにもなるといわれています。

給食では、長崎県産のかつおを使っていて、今日は手作りのフライにしています。

※本日、献立を一部変更しています。今日実施予定だった副菜「くきわかめの炒り煮」は、あさって12日に実施します。