



# きゅうメール

【日にち】 4月22日(水)

中3中止

【こんだて】

しゅしょく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

かれいのから揚げ

ふくさい  
副菜

あごちくわのすまし汁

のり酢和え

た  
その他

ぎゅうにゅう  
牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

ちづちようさん こめ  
智頭町産:米

とっとりけんさん ぎゅうにゅう

鳥取県産:牛乳、かれい、あごちくわ、にんじん、えのきたけ、ねぎ

【給食センターより】

給食は、食べ物をしっかりかむことを意識してもらうように、かみごたえのある食べものを取り入れています。

また、歯や骨を作っているカルシウムを多く含む食べ物も、たくさん取り入れています。

今日の給食の、牛乳・あごちくわ・のり・こまつなは、カルシウムが多い食べ物です。

また、かれいのから揚げは、よくかんで食べる食べ物ですね。

意識して、しっかり食べてみましょう。