



きゅうメール

【日にち】

がつ はつか すい
7月20日(水)

【こんだて】

しゅしよく
主食

ほん
ご飯

しゅさい
主菜

わか とりにく うめ や
若鶏肉の梅みそ焼き

ふくさい
副菜

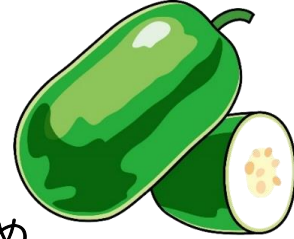
とうがんのすまし汁

あまなが いた
甘長とうがらしのじゃこ炒め

ぎゅうにゅう
牛乳

ぎゅうにゅう
牛乳

とうがん(冬瓜)



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 ちよせん こめ あまなが やまぐち こみやま
智頭町産：米、甘長とうがらし(山口さん)、みそ(小宮山さん)

かんそう とみさわ ちく しんこう きょうぎかい
乾燥きくらげ(富沢地区振興協議会)

とっとりけんさん きゅうにゅう とりにく
鳥取県産：牛乳、鶏肉、しょうが、ほうれんそう、ほししいたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

あまなが ちほう むかし さいばい なつ やさい
甘長とうがらしは、鳥取県いなば地方で昔から栽培されている夏野菜です。ピーマンの仲間ですが、その名の通り、甘みがあり、細長い形をしています。苦みがないので、ピーマンが苦手な人でも抵抗なく食べられます。また、カロテンやビタミンCを多く含むので、夏バテ防止にぴったりの食材です。

きょう せいさんしゃ やまぐち そだ じもとさん あまなが
今日は、生産者の山口さんが育てた地元産の甘長とうがらしを、カルシウムたっぷりのちりめんじゃこと一緒に炒め物にしました。旬の夏野菜をみんなでいただきます。