



園林町森林セラピー  
イメージキャラクター「もりりん」

# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ か もく  
10月24日(木)

【こんだて】

しゅしょく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

かつおかつ

ふくさい  
副菜

ポークシチュー

フルーツ<sup>しろたま</sup>白玉

た  
その他

ぎゅうにゅう  
牛乳

はいぜんず  
【配膳図】



きょう ちさんちしょう  
【今日の地産地消】

ちづちょうさん こめ  
智頭町産：米

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく  
鳥取県産：牛乳、豚肉

きゅうしょく  
【給食センターより】

ぶたにく ひろうかいふく こうか おお  
豚肉には、疲労回復やスタミナアップ効果のあるビタミンが多く含まれています。

つか かん いしき た  
疲れがたまっていると感じる人は意識して食べるといいかもしれませんね。

きょう ぶたにく つか  
今日は、豚肉を使ったシチューにしました。

まいにち しょくじ たいせつ げんき す おも  
毎日の食事を大切にして、元気に過ごしてほしいと思います。