



きゅうメール

ひ
【日にち】

8月26日(水)

【こんだて】

しゅしょく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

てづく
手作りコロッケ

ふくさい
副菜

じる
けんちん汁

だいず ふく に
大豆とひじきの含め煮

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 だいず とうふ ほ
鳥取県産:牛乳、たまねぎ、にんじん、豚肉、大豆、豆腐、干しいたけ

きゅうしょく
【給食センターより】

きょう てづく しゅさい
今日は、「手作りコロッケ」を主菜にしました。

じゃがいもをゆでて、みじん切りにしたたまねぎと豚ひき肉を炒めたものと
混ぜ合わせ、小判の形に整形し、コロッケをつくっていきます。

ひじきと大豆には、体をつくるたんぱく質と、鉄分などの栄養素が豊富な
食品です。コロッケとに食べて、運動会練習も頑張りましょう。