



# きゅうメール



【日にち】 10月28日(木)

【こんだて】

主食	ごはん
主菜	豆腐ハンバーグの白ねぎあんかけ
副菜	豆乳みそ汁
	かぼちゃのそぼろ煮
生乳	牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、はくさい・だいこん（武田さん）、みそ（綾木さん）

鳥取県産：牛乳、鶏ひき肉、油揚げ、豆乳、しろねぎ、しめじ、かぼちゃ  
しょうが

【給食センターより】

大豆は、「畑の肉」ともいわれていて、良質なたんぱく質を含んでおり、わたしたちの体に欠かせないカルシウムなどの栄養素もバランス良く含まれている食品です。大豆は、さまざまな食べ物の原料にもなっていて、今日の給食に使われている「豆腐」「油揚げ」「豆乳」「みそ」は大豆からできています。