



きゅうメール



【日にち】 3月16日（木）

しょうがっこう ねんけっしよく
小学校3年欠食

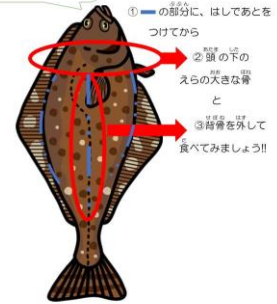
【こんだて】

しゅしよく ごはん
 しゅさい かれのいのからあげ
 ぶくさい なめこ汁
 キャベツのじゃこ炒め
 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう
 牛乳 牛乳

さかなをしょうずにたべよう

魚には骨があるので苦手という人はいませんか？
 骨のある場所を知ってれば上手に食べることが出来ますよ!!

カレイの煎揚げは油でカラッと揚げていますので、
 喉からしっぽまでどうぞ。



【配膳図】



【今日の地産地消】

ちづ ちよきん こめ せと かんそう とみざわ ちく しんこう きょうぎかい
智頭町産：米、みそ（勢登さん）、乾燥きくらげ（富沢地区新興協議会）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう あつあ
鳥取県産：牛乳、えてかれい、厚揚げ、なめこ、しろねぎ、にんじん

【給食センターより】

今日のかれのいのから揚げは、真ん中の背骨と、頭の下にあるえらの大きな骨をはずしたら、残りは全部食べることができます。魚を安全に食べるためのポイントは、骨のある場所を知ることです。骨の位置を意識して、順番にはずしてみましよう。