



きゅうメール

【日にち】 10月22日(水)

小学校中止

【こんだて】

しゅしよく <u>主食</u>	た こ はん 炊き込みご飯
しゅさい <u>主菜</u>	いわしのフライ
ふくさい <u>副菜</u>	なが しろ 長いものみそ汁
	いた ビーフン炒め
た <u>その他</u>	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】

ちづちようさん こめ あやき
智頭町産：米、みそ（綾木さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう
鳥取県産：牛乳、ながいも、にんじん、チンゲンサイ

きゅうしよく
【給食センターより】

あさ ばん ひるま きおん ちが さむ あき ふか
朝と晩と昼間の気温が違ってずいぶん寒くなりました。秋も深まり、
た も の 食べ物がおいしくなってきました。きょう た こ はん こんだて
今日は、炊き込みご飯の献立です。

とっとりけんちゅうぶ くらよしし とうはくぐん あぶら あ
鳥取県中部の倉吉市や東伯郡では、ごぼうやにんじん、油揚げなどを
しょうゆで あじ た こ しょうのけめし しょうのけごはん にち
しょうゆで味つけし、炊き込んだ「しょうのけめし」「しょうのけご飯」が日
じょうしよく 常食のごちそうとして伝わっています。ゆき ふ とうふ
雪が降るころになると、豆腐を
いた た こ つく とっとりけん きょうどりょうり
炒めて炊き込んで作る「どんどろけめし」も鳥取県の郷土料理です。