



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつついたち もく
2月1日(木)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

いた
ちくわのツナ炒め

ふくさい
副菜

じる
もずくのすまし汁

ブロッこんぶ

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
鳥取県産：牛乳、にんじん、キャベツ、しいたけ、えのきたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

きょう がつ がつ きゅうしよく おぼ
今日から2月ですね。2月の給食のめあてを覚えていませんか？

さむ ま しよくじ
そうですね「寒さに負けない食事をしよう」です。

さむ ま にち かい しよくじ えいよう かんが た
寒さに負けないためには、1日3回の食事を栄養バランスを考えて食べる

たいせつ とく しつ るい ふそく き
ことが大切です。特に、たんぱく質やビタミン類が不足しないように気をつ

けましょう。インフルエンザなどの感染症を予防するためにも、意識してほし

おも
いと思います。