



きゅうメール

【日にち】

10月17日(月)

しょうがっこう ちゅうし
小学校中止

【こんだて】

しゅしょく ほん
主食 ご飯

しゅさい さばのしおこうじやき
主菜 さばの塩こうじ焼き

ぶくさい まごわやさしい汁
副菜 まごわやさしい汁

きゅうにゅう きゅうにゅう
牛乳 牛乳

た さいじょうがき
その他 西条柿



はいぜん す
【配膳図】



きょう ちさん ちしょう
【今日の地産地消】

ちつ ちょうせん こめ たにくち あやき
智頭町産：米、さつまいも(谷口さん)、みそ(綾木さん)

とっとりけんさん きゅうにゅう こ ほ さいじょうがき
鳥取県産：牛乳、さば、呉、だいこん、しろねぎ、干しいたけ、西条柿
しお
塩こうじ

きゅうしょく
【給食センターより】

まごわ(は)やさしい汁は、毎日の食事に取り入れたい食材の頭文字である「まごはやさしい」にちなんだ食材を使った真だくさんなみそ汁です。

とくに「まごはやさしい」の「ま」にあたる「まめ」や、「わ」にあたる「わかめなどの海そう類」は、食事に取り入れにくかったり、不足しがちな栄養素を含む食品であることから、今日のようにお汁の実として使うと、取り入れやすいです。