



# きゅうメール

【日にち】 6月10日（金）

【こんだて】 主食 麦ご飯

主菜 オムレツのケチャップソースがけ

副菜 カレースープ

シーフードサラダ

生乳 牛乳

その他 青梅ゼリー



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、鶏肉、いか、きゅうり、トマト、しめじ

なす、じゃがいも

【給食センターより】

今日は鳥取県産のトマトを使ってトマトソースを作り、オムレツにかけています。トマトは夏を代表する野菜のひとつです。トマトの真っ赤な色は、「リコピン」という色素によるもので、血管や血液をきれいに保ち、老化を予防したり、肌を美しくしたりする効果があります。

また、明日11日は「入梅」です。入梅とは、暦の上での「梅雨入り」を表します。昔はとくに田植えの時期を決めたりするのに、梅雨入りの時期を知ることはとても重要でした。今日は入梅にちなみ、梅の産地として有名な和歌山県の青梅を使用した青梅ゼリーをつけています。