



きゅうメール

【日にち】 5月14日（金）

【こんだて】

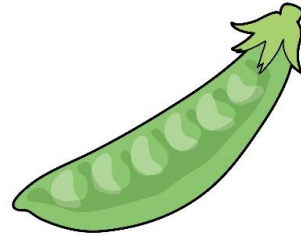
主食 ご飯

主菜 若鶏肉の照り焼き

副菜 絹さやのみそ汁

ひじきの炒り煮

生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、厚揚げ（なかや豆腐店）、みそ（勢登さん）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、水煮大豆、しめじ

【給食センターより】

絹さやは、さやえんどうの仲間で、さやの部分を食べる緑黄色野菜です。さやえんどうの仲間には、実の部分を食べるものがあり、若い実はグリーンピース、熟した実はえんどうまめと呼ばれます。

絹さやは5月から6月にかけて旬をむかえます。ビタミンCが豊富に含まれていて、鮮やかな緑色で、料理に彩りを添えます。