



きゅうメール

【日にち】

7月9日（金）



6日～9日

【こんだて】

主食 星空舞ご飯

小学校中止

主菜 若鶏肉のから揚げ

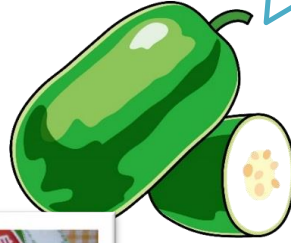
副菜 とうがんのすまし汁

じゃがいものそぼろ煮

牛乳 牛乳

その他 きゅうりのピリ辛和え

とうがん(冬瓜)



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：じゃがいも（谷口さん）、にんにく（白岩さん）

鳥取県産：牛乳、星空舞（米）、鶏肉、豚ひき肉、干しいたけ

たまねぎ、ねぎ、きゅうり

【給食センターより】

「とうがん」は、かぼちゃやきゅうりと同じウリ科の仲間の夏野菜です。火を通すと、白かった実が透き通って、とろっとした食感に変わるのが特徴です。夏に収穫されてから冬まで保存ができるほど日持ちがするところから、「冬の瓜」と書いて「冬瓜（とうがん）」と読みます。体の熱を下げるはたらきがあるので、厚さで体温が上がり、夏バテしやすいこれからの時期にぴったりの食べ物です。今日はすまし汁に入れてあります。