



きゅうメール

【日にち】 ^ひ ^{がつ} ^{にち} ^{げつ} 10月23日(月)

【こんだて】 しゅしよく はん
主食 ご飯
しゅさい ぶたにく いた
主菜 豚肉のしょうが炒め
ふくさい じる
副菜 つみれ汁
き ぼ だいこん す もの
切り干し大根の酢のもの
た ぎゅうにゆう
その他 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】

ちづちようさん こめ しまだ
智頭町産：米、みそ(鳶田さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゆう ぶたにく とうふ
鳥取県産：牛乳、豚肉、あじ、豆腐、にんじん、たまねぎ、えのきたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

今日は、さかいみなど産のあじのすり身を、給食センターで手作りのつみれにしました。

とうふを入れて、ふんわりとした食感に仕上げました。

つみれにすることで、せいちようきのみなさんにとって大切なたいせつ えいようそであるカルシウムをたくさん摂ることができます。

こぼねなどに気をつけて、よくかんで食べましょう。