



きゅうメール

【日にち】 12月9日(木)

しょうがっこう ちゅうし
小学校中止

【こんだて】

しゅしよく ごはん
主食 ご飯

しゅさい さばのゆずみそ焼き
主菜 さばのゆずみそ焼き

ふくさい あごちくわのすまし汁
副菜 あごちくわのすまし汁

ひじきの炒り煮
ひじきの炒り煮

ぎゅうにゅう きゅうにゅう
牛乳 牛乳



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】

ちづ ちよせん こめ たけした たけた
智頭町産：米、しろねぎ（竹下さん）、みそ（武田さん）、ゆず

とっとりけんさん きゅうにゅう とりにく
鳥取県産：牛乳、さば、鶏肉、あごのやき、にんじん、しめじ

きゅうしょく
【給食センターより】

きょう じもと かわ かじゅう おな じもとさん あ
今日は地元でとれたゆずの皮と果汁を、同じく地元産のみそと合わせてゆずみそを作って、さばと一緒に焼きました。

ゆずはおなじ柑橘類でもみかんのように食べることには向いていませんが、ビタミンCを多く含んでいます。皮に含まれる成分には、体を温めたり、肌をなめらかにする効果があることから、お風呂に入れて「ゆず湯」として楽しむこともできます。