



きゅうメール

【日にち】 6月17日(水)

【こんだて】
主食 しゅしょく ご飯 ごはん
主菜 しゅさい 白ねぎ入り厚焼玉子 しろ い あつやきたまご
副菜 ふくさい まごはやさしい汁 じる
ひじきの炒り煮 い に
その他 た 牛乳 ぎゅうにゅう

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産:米、みそ(勢登さん)

鳥取県産:牛乳、にんじん、白ねぎ、たまねぎ、青ねぎ、干しいたけ

えのきたけ

【給食センターより】

今日のまごはやさしい汁には、頭文字「ま・ご・は・や・さ・し・い」を表す食べものが入っています。

それでは、「ま」は何でしょう?…「ま」は、豆です。

このように考えていくと、「ご」は、ごま。「は(わ)」は、わかめなどの海そう。

「や」は、野菜。「さ」は、魚。「しい」は、しいたけなどのきのこをいいます。

どの食べ物かわかりましたか?

これは、健康的な食生活を送るために取り入れたい基本の食べ物です。

残さず食べましょう。