



きゅうメール

【日にち】 5月27日(水)

【こんだて】
主食 しゅしょく ご飯 はん
主菜 しゅさい アンサンブルエッグ
副菜 ふくさい ポークビーンズ
ごぼうサラダ
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

鳥取県産:牛乳、豚肉、大豆、たまねぎ、キャベツ、きゅうり

【給食センターより】

ごぼうは、食物せんいが多く、主におなかの調子を整えるはたらきがあります。

きんぴらごぼうにしたり、すき焼きやみそ汁に入れたりして食べますね。

今日は、サラダにしました。

ポークビーンズには、大豆が入っています。ごぼうと同じ食物せんいも多く含まれていますが、体をつくるたんぱく質が多いので給食によく登場します。