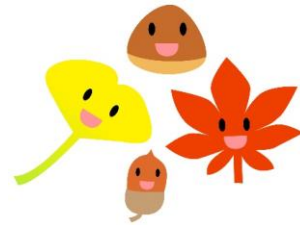




きゅうメール



【日にち】

9月14日（火）

【こんだて】

主食 麦ご飯

主菜 若鶏肉の照り焼き

副菜 豚汁

じゃがいものきんぴら

生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、じゃがいも（綾木さん）、みそ（嶋田さん）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、豚肉、油揚げ、しょうが、さといも、しめじ

にんじん、だいこん

【給食センターより】

じゃがいもの主な成分は、エネルギーのもとになるでんぷんですが、かぜ予防にも効果的なビタミンCや、おなかの調子を整えてくれる食物せんいも多く含んでいます。今日は、地元でとれたじゃがいもを細長く切って、きんぴらにしています。よくかんで食べましょう。