



# きゅうメール

【日にち】 11月26日(金)

【こんだて】

主食 麦ご飯  
 主菜 焼き肉  
 副菜 なめこ入り中華スープ  
 大学いも  
 生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、さつまいも(谷口さん)、みそ(白岩さん)

鳥取県産：牛乳、牛肉、豚肉、なめこ、だいこん、えのきたけ

はくさい、ねぎ

【給食センターより】

さつまいもは、体のエネルギーのもとになる炭水化物や、おなかの調子を整える食物せんいを多く含みます。茎は皮をむいてからきんぴらなどにしてもおいしいです。さつまいもは火を通すと甘みが増します。今日は、生産者グループの谷口さんが育てたさつまいもを油で揚げ、甘いたれをからめた大学いもにしました。