



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ にち もく
9月25日(木)

【こんだて】

しゅしょく
主食

はん
ご飯

しゅざい
主菜

に
いわしのレモンカボス煮

ふくざい
副菜

じる
そうめん汁

ごもくだいずに
五目大豆煮

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳

はいぜんず
【配膳図】



きょう ちさんちしょう
【今日の地産地消】

ちづちょうさん こめ
智頭町産：米、なす

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ほ
鳥取県産：牛乳、にんじん、干しいたけ

きゅうしょく
【給食センターより】

あさばん すず いっき あき き ひる きおんさ
朝晩がずいぶん涼しくなり、一気に秋が来たようです。昼との気温差があり
ますので、風邪をひかないように注意して過ごしてください。

あたた はい するもの からだ あたた ごもくだいずに はい
温かなそうめんが入った汁物は、体を温めます。五目大豆煮に入っている
やさしい からだ あたた はたら ちつ なか そだ やさい
野菜も体を温める働きがあります。にんじんやごぼうは、土の中で育つ野菜で
こんさいるい よ た
根菜類と呼ばれています。よくかんで食べましょう。