きゅうメール

中3中止

【日にち】　3月5日(火)

【こんだて】

主食　ご飯

主菜　さばの塩焼き

副菜　豆腐のすまし汁

キャベツのオイスターソース炒め

その他　牛 乳

【配膳図】

【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛 乳、さば、豚肉、豆腐、にんじん、エリンギ、しめじ、しいたけ

【給 食センターより】

　さばなどの青背の魚の脂には、ＤＨＡやEPAといった脳のはたらきを活発にする成分が多く含まれています。青背の魚はさばの他にも、いわしやさんま、あじ、はまちなどがあり、鳥取県内の漁港でもたくさん水揚げされます。

今日の主菜のさばの塩焼きには、小さな骨が残っているかもしれません。

骨に気をつけて、よくかんで食べましょう。