



# きゅうメール

毎月19日は  
食育の日

【日にち】

12月17日(金)

食育の日献立

【こんだて】

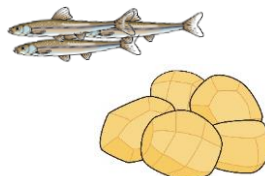
主食 ご飯

主菜 ほんもろことさといもの揚げ煮

副菜 かす汁

甘酢和え

生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、ほんもろこ（八頭ホンモロコ共和国）、酒かす（諏訪酒造）

さといも（谷口さん）、だいこん（綾木洋子さん）、みそ（武田さん）

鳥取県産：牛乳、ごぼう、キャベツ、にんじん

【給食センターより】

ほんもろこはもともと、滋賀県にある琵琶湖に昔たくさん住んでいた魚で、身も骨も柔らかいのが特徴です。骨ごと食べられるので、他の魚と比べてカルシウムがたくさんとれます。今日は地元産のさといもと一緒に油で揚げて、甘辛いたれにからめています。

また、町内にある諏訪酒造さんからいただいた酒かすを使った「かす汁」は、地元でとれただいこんなどの冬野菜をたっぷり使っていて、体があたたまります。