



きゅうメール

【日にち】 9月15日（木）

【こんだて】

主食 ご飯

主菜 豚肉のしょうが炒め

副菜 わかめと春雨のスープ
はりはり和え

生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、豚肉、たまねぎ、しょうが、チンゲンサイ、しめじ

こまつな、二十世紀梨ピューレ

【給食センターより】

豚肉には、疲れをとったり、夏バテを予防したりする栄養成分が多く含まれています。たまねぎやにんにくと一緒に食べるとその効果がアップします。今日は県内に熱中症警報が出ています。しっかり食べて、暑さに負けない強い体を作りましょう。