



# きゅうメール

ひ  
【日にち】 がつここのか すい  
10月9日(水)

【こんだて】  
しゅしよく 主食 はん ご飯  
しゅさい 主菜 チンジャオロース  
ふくさい 副菜 スーミータン  
あま ず あ  
甘酢和え  
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】

ちづちようさん こめ とみざわ ち くしんこうきょうぎかい  
智頭町産：米、きくらげ(富沢地区振興協議会)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく たまご  
鳥取県産：牛乳、豚肉、卵、えのきたけ、たけのこ

きゅうしよく  
【給食センターより】

きょう ちゅうかこんだて しゅさい にく ほそぎ いた  
今日は中華献立です。主菜の「チンジャオロース」は、「ピーマンと肉の細切り炒め」という  
い み しょう にく ちゅうごく ぶたにく ていばん しょう  
意味です。使用する肉は中国では豚肉が定番のようです。たれに使用しているしょうがなど  
こうみやさい しよくよく こうか ちづちようじまん とみざわ い しよっかん  
の香味野菜には、食欲アップの効果があります。智頭町自慢の富沢きくらげを入れて食感も  
たの くふう  
楽しめるように工夫しました。

また、「スーミータン」は、とうもろこしと卵を使った中華スープです。粒状とペースト状の2  
しゅるい つか し あ  
種類のとうもろこしを使って仕上げました。