



# きゅうメール

【日にち】 12月16日(火)

【こんだて】

中学校中止

しゅしょく <u>主食</u>	だいせん めぐ こがた 大山の恵み小型コッペパン
しゅさい <u>主菜</u>	いかフライ
ふくさい <u>副菜</u>	ミートソーススパゲッティ
	コールスローサラダ
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 しかにく あかほり  
智頭町産:鹿肉(赤堀さん)、にんにく(白岩さん)

とつとりけんさん ぎゅうにゅう  
鳥取県産:パン、牛乳、にんじん、キャベツ

きゅうしょく  
【給食センターより】

きょう しかにく つか  
今日は、鹿肉を使ったミートソーススパゲッティです。たまねぎをしっかりと  
使いました。たまねぎには、体の血をサラサラにして、病気の予防をする  
「硫化アリル」という成分が多く含まれています。特有のにおい、辛み、涙  
が出る刺激が特徴の成分です。にんにくやねぎ、にら、らっきょうなどにも  
含まれています。疲れをとり、元気になると言われています。