



きゅうメール

【日にち】 12月15日（水）

【こんだて】 主食 ご飯

主菜 いわしフライ

副菜 かぼちゃの豆乳みそ汁

だいこんのカレーそぼろ煮

牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、かぼちゃ（武田さん・白岩さん）、白ねぎ（竹下さん）

みそ（武田さん）、だいこん（綾木洋子さん）

鳥取県産：牛乳、いわし、豆乳、豚ひき肉、はくさい、にんじん、えのきだけ

【給食センターより】

今日の汁物は、地元産のかぼちゃと豆乳を使ったみそ汁にしました。かぼちゃは緑黄色野菜のひとつで、風邪予防に効果がある栄養素を豊富に含んでいます。豆乳とみそは、大豆を原料にして作られているため、良質なたんぱく質を多く含んでいます。豆乳みそ汁であたたまりましょう。