



きゅうメール

ひ
【日にち】

11月11日（火）

【こんだて】

しゅしよく
主食

だいせん めぐ
大山の恵みコッペパン

しゅさい
主菜

メンチカツ

ふくさい
副菜

コンソメスープ

フレンチサラダ

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】

とっとりけんさん ぎゅうにゅう
鳥取県産：パン、牛乳、チンゲンサイ、しめじたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

あさ ゆうがた ひ ひ さむ にっちゅう きおん さ おお
朝と夕方が日に日に寒くなり、日中との気温の差が大きくなっています。

この気温差のため、体調を崩しやすい時期になりました。

みなさんは、今日、朝ごはんを食べてきましたか？

3回の食事をしっかりと食べて、夜更かしせずに、体を休めてしっかり寝ましょう。

生活リズムが乱れることがないように、次の日に向かうことは、とても大切です。

一日をスタートさせる朝ごはんをしっかりと食べて登校しましょう。