



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつなの か もく
9月7日(木)

【こんだて】

しゅしょく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

どうふ
マーボー豆腐

ふくさい
副菜

はるさめ
わかめと春雨のスープ

ごぼうサラダ

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 こめ しまだ しらいわ
智頭町産：米、みそ（鳥田さん）、にんにく（白岩さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ
鳥取県産：牛乳、豚肉、鶏肉、豆腐、にんじん、にら、こまつな、チンゲンサイ、
たまねぎ、えのきたけ、きゅうり

きゅうしょく
【給食センターより】

きょう どうふ ちづちょうさん とっとりけんさん ぶたにく とりにく とうふ やさい
今日のマーボー豆腐は、智頭町産のにんにくと、鳥取県産の豚肉、鶏肉、豆腐、野菜
をたっぷり使って作りました。

とうふ あぶらあ あつあ なっとう こうやどうふ すべ だいず
豆腐、油揚げ、厚揚げ、納豆、おから、高野豆腐、きなこ、ゆば。これらは全て「大豆」が
げんりょう だいず はたけ にく よ じょうぶ からだ か
原料です。大豆は「畑の肉」とも呼ばれるくらい、丈夫な体づくりに欠かせないたんぱ
く質が豊富に含まれています。