



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ にち もく
8月28日(木)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

じゃーじゃんどうふ
家常豆腐

ふくさい
副菜

なすのみそ汁

はるさめの酢のもの

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 あおき たけした
智頭町産：米、みそ(青木さん)、なす(竹下さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく あつあ
鳥取県産：牛乳、豚肉、厚揚げ、にんじん、えのきたけ、きゅうり

きゅうしよく
【給食センターより】

きょう はん
今日のご飯がすすむ、家常豆腐(じゃーじゃんどうふ)にしました。

ちゅうごく かてい た とうふ いた りょうり かてい じょうび
中国の家庭で食べられる豆腐を使った、炒め料理です。家庭にいつも常備されている材料で作られていることから、名づけられています。さてクイズです。

あつあ なに こた だいず
厚揚げは、何からできているでしょう?・・・答えは大豆です。

だいず あつあ とうふ しつ からだ
大豆でつくる厚揚げは、【たんぱく質】といって、おもに体をつくるはたらきがある、赤色のなかまの食べ物です。

あつあ とうふ おお つか
厚揚げは、豆腐よりカルシウムも多く、くずれにくいので使っています。