



きゅうメール

ひ
【日にち】

10月3日(金)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

カレーメンチカツ

ふくさい
副菜

きくらげとゆばとブロッコリーのスープ

そうめんかぼちゃの炒めもの

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 とみざわ ち く しんこうきょうぎ かい
智頭町産：米、きくらげ(富沢地区振興協議会)、

しらいわ
そうめんかぼちゃ(白岩さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ほ
鳥取県産：牛乳、ゆば、にんじん、えのきたけ、干しいたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

そうめんかぼちゃは、ラグビーボールのような形をした、かぼちゃのなかまの
やさい きんしゅうり よ お かにく きんいろ
野菜です。「金系瓜」とも呼ばれ、ゆでたり蒸したりすることで、果肉が金色の
いとじょう やさい
糸状になり、そうめんのようにほぐれる、めずらしい野菜です。

かん す いた つか
シャキシャキ感があり、くせがないので、酢のものやサラダ、炒めものに使っ
ています。