



きゅうメール

【日^ひにち】 2月12日(木)

【こんだて】

しゅしよく
主食

しゅさい
主菜

ふくさい
副菜

た
その他

はん
ご飯

はま^{から}ちのピ^り辛^や焼き

とうにゅう しる
豆乳みそ汁

やさしいた
野菜炒め

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 しらいわ
智頭町産：米、みそ（白岩さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、豚肉、ぶなしめじ、にんじん、ほうれんそう

きゅうしよく
【給食センターより】

とうにゅう だいず しる い
豆乳は、大豆をゆでてすりつぶした汁のことを言います。

かぼ^{やさ}ちゃやほうれん^にそうなどの野菜を煮てから、みそで味^{あじ}付けをし、豆乳^{とうにゅう}
を入^いれます。みそも豆乳も大豆からつくられているので、コクのあるみそ汁^{しる}
になります。体^{からだ}の芯^{しん}まで温^{あた}めてくれるので残^{のこ}さず食^たべましょう。