



きゅうメール

【日にち】 がつ 4月17日 (月) ち げつ

【こんだて】

しゅしよく はん 主食 ご飯

しゅさい うめ に 主菜 いわしの梅煮

ふくさい ごもく に 副菜 五目煮

ちくさ あ 干草和え

ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう 牛乳 牛乳



【配膳図】 はいぜん す



【今日の地産地消】 きょう ちさん ちしょう

ちつ ちよ せん こめ 智頭町産：米

とっとりけんさん きゅうにゅう とりにく 鳥取県産：牛乳、鶏肉、さといも、ほししいたけ、にんじん

チンゲンサイ

【給食センターより】 きゅうしよく

いわしなどの青背の魚の脂には、DHAやEPAといった脳のはたらきを
 活発にする成分が多く含まれています。青背の魚には、さばやさんま、あ
 じ、はまちなどがあり、鳥取県内の漁港でもたくさん水揚げされます。

今日の主菜のいわしの梅煮は、特別な加工がしてあるので、骨も食べら
 れます。カルシウムの補給にもなるので、よくかんで食べましょう。