



監修 森森セラピー  
イメージキャラクター「もりりん」

# きゅうメール



しょくいく ひ こんだて  
食育の日献立

ひ がつ にち きん  
【日にち】 4月19日(金)

【こんだて】

しゅしよく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

わかどりにく あ  
若鶏肉のから揚げ

ふくさい  
副菜

とうふのみそ汁

はるやさしいた  
春野菜炒め

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 あやき  
智頭町産：米、みそ(綾木さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく とうふ  
鳥取県産：牛乳、鶏肉、豆腐、チンゲンサイ、えのきたけ

きゅうしよく  
【給食センターより】

まいつき にち しょくいく ひ  
毎月19日は「食育の日」です。

た 食べることをとおして、こころ からだ げんき い ちから そだ 育てることを「食育」といいます。

きょう しょくいく ひ こんだて ちょうない けんない つか こんだて  
今日は「食育の日献立」として、町内や県内でとれたものを、いつもよりたくさん使った献立にしました。

はるやさしい と い じき いた あじ  
キャベツやアスパラガスなどの春野菜を取り入れた、この時期ならではの炒めものも、味わって食べてみてください。