



監修 森林セラピー
イメージキャラクター「もりりん」

きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ にち すい
9月20日(水)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

しお や
さばの塩焼き

ふくさい
副菜

にく
なす肉じゃが

あ
はりはり和え

はいぜんず
【配膳図】

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳



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 たにぐち
智頭町産：米、にんにく(白岩さん)、じゃがいも(谷口さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、さば、豚肉、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、しめじ、
もやし、こまつな、なす

きゅうしよく
【給食センターより】

きょう ふくさい あ やさい あ もの
今日の副菜は「はりはり和え」といって、野菜とたくあんの和え物です。

たくあんは大根が原料の日本の伝統的な漬物です。かみごたえがあり、食べる時の音が「はりはり」と聞こえることから、たくあんを使った和え物を「はりはり和え」と呼ぶようになりました。

きゅうしよく まめ かい いも げんだいしゃかい ふそく しよくざい
給食では、豆、海そう、芋、こんにゃく、きのこなど、現代社会で不足しがちな食材を
せっきよくてき と い ころ
積極的に取り入れるように心がけています。