



# きゅうメール

毎日朝食サービス  
イメージキャラクター「きゅうちゃん」

【日にち】 12月23日(火)

【こんだて】

しゅしょく <u>主食</u>	だいせん めぐ こがた 大山の恵み小型コッペパン
しゅさい <u>主菜</u>	いかフライ
ふくさい <u>副菜</u>	ミートスパゲッティ
	コールスローサラダ
た <u>その他</u>	ぎゅうにゅう 牛乳

はいぜんず  
【配膳図】



きょう ちさんちしよう  
【今日の地産地消】

ちづちょうさん しらいわ  
智頭町産：にんにく(白岩さん)

とつとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく  
鳥取県産：パン、牛乳、豚肉、にんじん、キャベツ

きゅうしょく  
【給食センターより】

きょう  
今日は、ミートスパゲッティです。たまねぎをしっかり使いました。たまねぎには、体の血をサラサラにして、病気の予防をする「硫化アリル」という成分が多く含まれています。特有のにおい、辛み、涙が出る刺激が特徴の成分です。にんにくやねぎ、にら、らっきょうなどにも含まれています。疲れをとり、元気になると言われています。