



# きゅうメール

【日にち】 6月30日（木）

【こんだて】  
主食 ご飯  
主菜 若鶏肉のらっきょうソースがけ  
副菜 ゆばのすまし汁



ブロッコリーとしめじとハムのいろどり炒め

牛乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、豆腐（なかや豆腐店）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、ゆば、たまねぎ、えのきたけ、しめじ  
らっきょう甘酢漬け、ねぎ、ブロッコリー、米粉

【給食センターより】

みなさんは「ゆば」が何からできているか知っていますか？ゆばは、大豆を原料にしてできている食品です。

ゆばの作り方は、まず大豆を水に浸してやわらかくしたあと、すりつぶしてしぼります。そのしぼり汁が豆乳で、豆乳を煮るとできる「まく」がゆばです。今日のすまし汁に入っているゆばは、鳥取市国府町にある、雨滝の天然水を使用して作られた、こだわりのゆばです。