



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつついたち すい
10月1日 (水)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

ポークチャップ

ふくさい
副菜

ごぼうのみそ汁

ひじきサラダ

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 しらいわ あおき
智頭町産：米、にんにく(白岩さん)、みそ(青木さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、豚肉、にんじん、えのきたけ、きゅうり

きゅうしよく
【給食センターより】

きゅうしよく しよくじ
10月の給食のめあては「バランスのよい食事をしよう」です。

わたし た もの た げんき からだ
私たちは、いろいろな食べ物を食べ、元気な体をつくります。

からだ
「おもに体をつくる」「おもにエネルギー源になる」「おもに体の調子を
ととのえる」食べ物を組み合わせて食べることは、バランスのよい食事のと
り方です。

こんだてひよう ひ つか た もの た もの わ
献立表にその日に使っている食べ物を、食べ物のはたらきごとに分けて
います。おいしく食べましょう。