



# きゅうメール

【日にち】 3月14日（月）

【こんだて】  
主<sup>しゅ</sup>食<sup>しょく</sup> 大<sup>だい</sup>山<sup>せん</sup>の恵<sup>めぐ</sup>み小<sup>こ</sup>型<sup>がた</sup>コッペパン  
主<sup>しゅ</sup>菜<sup>さい</sup> 豆<sup>とう</sup>腐<sup>ふ</sup>ちくわとコーンの色<sup>いろ</sup>どりかき揚<sup>あ</sup>げ  
副<sup>ふ</sup>菜<sup>さい</sup> 五<sup>ご</sup>目<sup>もく</sup>うどん  
はくさいのおかか<sup>あ</sup>和<sup>あ</sup>え  
牛<sup>ぎゅう</sup>乳<sup>にゅう</sup> 牛<sup>ぎゅう</sup>乳<sup>にゅう</sup>

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：

鳥取県産：牛乳、鶏肉、豆腐ちくわ、こまつな、にんじん、米粉、ヨーグルト

【給食センターより】

今日は、今年度募集した「我が家の自慢料理コンテスト」の応募料理の中から、智頭中学校2年の三輪拓己さんの「豆腐ちくわとコーンの色どりかき揚げ」を取り入れました。

この料理は、県東部で昔から親しまれている豆腐ちくわを使ったかき揚げで、コーンや枝豆を加えることによって、色どり良く仕上がります。おうちにある食材で簡単にできるのでおすすめです。