



きゅうメール

【日にち】 1月17日 (月)

【こんだて】

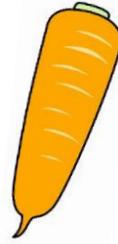
主食 大山の恵みコッペパン

主菜 きのこのキッシュ

副菜 キャロットポタージュ
ヤーコンサラダ

生乳 牛乳

その他 ヨーグルト



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：ヤーコン（綾木洋子さん、白岩さん）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、たまご、生クリーム、エリンギ、しめじ、ほうれんそう

【給食センターより】

今日の汁物は、カロテンたっぷりのにんじんを使ったキャロットポタージュです。にんじんは、冬が旬の緑黄色野菜ですが、地域によっては夏にも作られています。鮮やかなオレンジ色が給食の彩りを良くしてくれるのと、カロテンを多く含む栄養価の高い野菜であることから、毎日のように給食に取り入れています。細胞の老化を防ぎ、免疫力を高めて、風邪などの感染症にかかりにくくするはたらきがあります。