



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ か きん  
6月14日(金)

【こんだて】

しゅしよく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

うめに  
いわしの梅煮

ふくさい  
副菜

ぶた  
じゃが豚キムチ

バンサンスー

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 とみざわ ち くしんこうきょうぎかい  
智頭町産：米、きくらげ(富沢地区振興協議会)

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、にら、たまねぎ、もやし

きゅうしよく  
【給食センターより】

きょう つか ぶた みせ いま きゅうしゅうさん  
今日は、じゃがいもをたっぷり使った「じゃが豚キムチ」です。お店などでは今、九州産のじゃがいもが  
でまわ けんない じもと しん しゅうかくじき  
出回っているところですが、これから県内や地元でも新じゃがいもの収穫時期を  
むかえます。きゅうしよく らいげつ しゅうかくできしだい ちづちようさん つか よてい  
給食でも、来月からは収穫でき次第、智頭町産のじゃがいもを使う予定です。

じゃがいもにはみかんと同じくらいの量のビタミンCが含まれていることから、さまざまな病気の  
よぼう やくだ わしよく ようしよく ちゅうかなど つか しよくざい  
予防に役立ちます。じゃがいもは和食、洋食、中華等、使いやすい食材ですので、アレンジし  
ながら食べてほしいと思います。