



# きゅうメール



【日にち】 9月22日（水）

【こんだて】

主食 ご飯

主菜 さばの竜田揚げ

副菜 五目煮

チンゲンサイのごま和え

生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、さば、鶏肉、しょうが、だいこん、干しいたけ

チンゲンサイ

【給食センターより】

竜田揚げは、主に鶏肉や魚に、しょうゆやみりん、酒で下味を付けて、小麦粉や片栗粉などをまぶして揚げる料理で、ほんのり赤く仕上がることから、奈良県にある竜田川で見られる、もみじの美しさを連想しているといわれています。また、赤みのある料理には、「もみじおろし」「もみじ焼き」など、もみじの名をつけるものもあります。今日は県産のさばを使って、さばの竜田揚げにしました。