



# きゅうメール

【日にち】 2月22日(水)

【こんだて】 主食 大山の恵み黒糖パン

主菜 メンチカツ

副菜 野菜たっぷりスープ

富沢きくらげのスープ

牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、乾燥きくらげ（富沢地区振興協議会）

鳥取県産：牛乳、エリンギ、ブロッコリー、ほうれんそう、にんじん

【給食センターより】

ほうれんそうは、冬が旬の緑黄色野菜です。鉄分やカロテン、ビタミンCを多く含みます。血液を増やして肌を美しく保つなど、健康な体を作るための栄養を豊富に含んでいます。きれいな緑色をしていて彩りが良く、どのような料理にも合うので、いろいろな料理に使ってほしい野菜です。