



きゅうメール

【日^ひにち】 12月1日(月)

【^{こんだて}】

しゅしよく
主食

しゅさい
主菜

ふくさい
副菜

た
その他

はん
ご飯

くろまめ に
黒豆がんと煮

かぶのみそ汁^{しる}

しらす和え^あ

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 みやうち しまだ
智頭町産：米、ゆず（宮内さん）、みそ（鳶田さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう
鳥取県産：牛乳、かぶ、こまつな、しめじたけ、ねぎ

きゅうしよく
【給食センターより】

にほん はる なつ あき ふゆ し き きせつ しゅん やさい
日本には、春・夏・秋・冬の四季があるので、季節ごとに旬の野菜やくだもの
さかな たい もの ち え しゅん
や魚があります。これらの食べ物をおいしくいただくための知恵として、旬の
た もの つか りょうり むかし た
食べ物を使った料理が昔から食べられています。

ふゆやさい からだ なか あたた ちから
かぶなどの冬野菜は、体を中から温めてくれる力があります。

きゅうしよく しゅん やさい りょうり
給食では、旬の野菜をいろいろな料理で、たくさんとりいれていますね。