



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ にち もく  
2月22日(木)

中学校 1、2 年中止

【こんだて】

しゅしょく  
主食

だいせん めぐ  
大山の恵みアップルパン

しゅさい  
主菜

メンチカツ

ふくさい  
副菜

やさい  
野菜たっぷりスープ

とみざわ  
富沢きくらげのサラダ

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】

ちづちょうさん かんそう とみざわ ち くしんこうきょうぎかい  
智頭町産：乾燥きくらげ(富沢地区振興協議会)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう  
鳥取県産：牛乳、ベーコン、にんじん、ほうれんそう、エリンギ、キャベツ

きゅうしょく  
【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と思います。