



園林町森林セラピー  
イメージキャラクター「もりりん」

# きゅうメール

【日にち】 11月29日(水)

【こんだて】

しゅじょく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

ぶたにく ばいにく やき  
豚肉の梅肉焼き

ふくさい  
副菜

にく  
さつま肉じゃが

あ  
みぞれ和え

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 こめ しらいわ たにぐち  
智頭町産：米、はくさい(白岩さん)、さつまいも(谷口さん)、

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、だいこん

きゅうしょく  
【給食センターより】

きょう しゅさい へんこう よてい に ぶたにく ばい  
今日は、主菜の変更があります。予定していた「いわしのトマト煮」から「豚肉の梅  
にくや ぶたにく ばいにく や ちょうりいん ぶたにく まい まい うめ  
肉焼き」になりました。豚肉の梅肉焼きは、調理員さんが豚肉1枚1枚に梅ソースをの  
せて焼いてくれました。味わって食べてみてください。

さて、冬が旬の、冬野菜がおいしい季節になりました。冬野菜には、だいこん、ごぼう、  
にんじんなどの根菜や、はくさい、ほうれんそうなどの葉野菜があります。

ふゆやさい からだ なか あたた こうか  
冬野菜は、体を中から温めてくれる効果があります。

あたた にもん しるもの ちょうり た おも  
ぜひ、温かい煮物や汁物に調理して、しっかり食べてほしいと思います。