

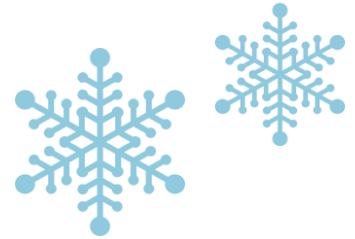


# きゅうメール

【日にち】 12月4日(水)

【こんだて】

|                    |              |
|--------------------|--------------|
| しゅしよく<br><u>主食</u> | はん<br>ご飯     |
| しゅさい<br><u>主菜</u>  | しのだに<br>信田煮  |
| ふくさい<br><u>副菜</u>  | ゆきみじる<br>雪見汁 |
|                    | すあ<br>のり酢和え  |
| た<br><u>その他</u>    | ぎゅうにゅう<br>牛乳 |



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、だいこん・はくさい(白岩さん)、さといも(谷口さん)

鳥取県産：牛乳、鶏肉、豚肉、たまご、なめこ、にんじん、こまつな

【給食センターより】

雪見汁は、だいこんおろしを雪に見立て、とろみをつけた汁物です。

だいこんは上の部分の方が下の部分と比べて辛みが少ないため、だいこんおろしやサラダなど、生で食べるのに適しています。

だいこんなどの今が旬の冬野菜は、体を中から温めてくれる効果もあります。

いろいろな料理でたくさん食べてほしいと思います。