



豊後県森林セラピー
イメージキャラクター「もりりん」

きゅうメール

ひ
【日にち】

が つか もく
9月21日(木)

【こんだて】

しゅしょく
主食

はん
麦ご飯

しゅさい
主菜

いかフライ

ふくさい
副菜

ハヤシシチュー

フルーツミックス

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
智頭町産：米、にんにく(白岩さん)

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、にんじん、ほうれんそう、こまつな、たまねぎ、
エリンギ、トマト

きゅうしょく
【給食センターより】

きょう むぎ はん
今日は、ハヤシシチューと麦ご飯のハヤシライスです。

き ひと とき しゅしょく
気づいている人もいるかもしれませんが、カレーライスやハヤシライスの時には主食を
はん むぎ はん
飯ではなく麦ご飯にしています。

き ひと とき しゅしょく
カレーライスやハヤシライスはご飯とルウを一緒に食べるため、かむ回数が少なくなり
ちなので、少しでもよくかんで食べてほしいと思い、麦ご飯にしています。

むぎ なか ちょうし しょくもつせんい ほうふ
また、麦にはお腹の調子をととのえてくれる食物繊維が豊富です。