



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ か きん
9月5日(金)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

ぶたにく いた
豚肉のしょうが炒め

ふくさい
副菜

あつ あ しる
厚揚げとじゃがいものみそ汁

あ
ごま和え

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】

ちづちようさん こめ あおき あおき
智頭町産：米、みそ（青木さん）、じゃがいも（青木さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく あつ あ
鳥取県産：牛乳、豚肉、厚揚げ、にんじん、えのきたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

あか た ぶたにく あつ あ じょうぶ からだ
赤のなかまの食べものの豚肉や厚揚げ、みそは、丈夫な体をつくれます。
たまねぎやしょうがを取り入れて、一緒に食べると、疲れてしまっている、
すぐ元気になるそうです。

いろいろな食べものを組み合わせて食べると、よいことがたくさんあるので
すね。おいしくいただきます。