



きゅうメール

【日にち】 9月7日（金）

【こんだて】
主食 麦ごはん
主菜 枝豆しゅうまい
副菜 ビーフンスープ
揚げなすの甘酢そぼろ
生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、なす（竹下さん）

鳥取県産：牛乳、鶏肉、たまねぎ、干ししいたけ

【給食センターより】

今日の副菜は、智頭町産の干両なす「大黒なす美」を使った「揚げなすの甘酢そぼろ」です。なすを乱切りにして油で揚げ、鶏ひき肉を入れた甘酸っぱいそぼろあんをかけました。なすの皮には、アントシアニンという紫色の色素が含まれていて、ガンなどの病気を防ぐ働きがあります。なすが苦手な人でもおいしく食べられるように味付けを工夫していますので、一口からチャレンジしてみてください。