



きゅうメール

【日にち】 11月1日(木)

【こんだて】
主食 しゆしよく ご飯 はん
主菜 しゆさい 豚肉のカレー炒め ぶたにく いた
副菜 ふくさい かぼちゃのみそ汁 しる
ポテトサラダ
生乳 ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅうにゅう

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、しろねぎ、じゃがいも、みそ(五月田農産物加工所)

鳥取県産：牛乳、豚肉、油揚げ、エリンギ、たまねぎ、ブロッコリー
しめじ

【給食センターより】

今日の主菜は、「豚肉のカレー炒め」です。豚肉には、疲労回復やスタミナアップの効果があるビタミンB1が多く含まれています。疲れがたまっていると感じている人や、風邪のひき始めで免疫力が下がっていると感じている人は、豚肉に含まれるビタミンをとることを意識しましょう。