



きゅうメール

【日にち】 11月29日（木）

【こんだて】
主食 ^{しゅしよく} ご飯 ^{はん}
主菜 ^{しゅさい} あじメンチカツ
副菜 ^{ふくさい} 白玉みそ汁 ^{しらたま しる}

じゃがいものきんぴら

生乳 ^{ぎゅうにゅう} 牛乳 ^{ぎゅうにゅう}

はいぜん す
【配膳図】



きょう ちさん ち しょう
【今日の地産地消】

智頭町産：米、じゃがいも、だいこん、みそ(綾木さん)

鳥取県産：牛乳、豚肉、あじ、油揚げ、しいたけ、ねぎ

きゅうしよく
【給食センターより】

じゃがいもの主な成分は、エネルギーのもとになるでんぷんですが、風邪予防に効果的なビタミンCや、お腹の調子を整えてくれる食物せんいも多く含みます。給食では、町内でとれたじゃがいもを使っています。