



# きゅうメール

【日にち】 2月7日（木）

【こんだて】  
主食 ご飯  
主菜 あじメンチカツ  
副菜 みそけんちん汁  
あおさの酢の物  
生乳 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、豆腐（大豆：智頭農林高校、製造：なかや豆腐店）

みそ（綾木さん）、だいこん、さといも

鳥取県産：牛乳、鶏肉、しめじ、にんじん

【給食センターより】

あおさは、わかめや昆布、ひじきなどと同じ海そうの仲間、食物せんいやミネラルが豊富に含まれています。みそ汁に入れたり、かきあげにして食べられています。今日は乾燥あおさを水でもどして酢の物にしました。