



きゅうメール

【日にち】 がつ このか か
7月9日 (火)

【こんだて】 しゅしよく 主食 キムタクごはん
しゅさい 主菜 さかいみなと 境港サーモンの塩こうじ焼き
ふくさい 副菜 ゆばのすまし汁
ゴーヤチャンプルー
ぎゅうにゅう 生乳 牛乳

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】

ちづ ちよきん こめ や とうふ (なかや豆腐店)、たまねぎ (たけした)
智頭町産：米、焼き豆腐 (なかや豆腐店)、たまねぎ (竹下さん)

とっとりけんさん きゅうにゅう ふたにく さかいみなと
鳥取県産：牛乳、豚肉、境港サーモン、たまご、ほうれんそう
ゆば、ほししいたけ、にんじん、塩こうじ

きゅうしよく
【給食センターより】

今日は、給食の人気メニューのひとつである「キムタクごはん」です。長野県の学校給食で提供されて人気になり、今では全国各地に広がっています。作り方は、キムチとたくあん、豚肉をごま油で炒めて、その臭を白いご飯に混ぜるだけなので、家庭でも簡単に作ることができます。ほうれんそうやにんじん、ねぎなどを入れて臭だくさんのキムタクごはんにしてもおいしです。

また、今日の「境港サーモン」は、境港市で養殖されている銀鮭で、大山のわき水で育った稚魚はその後、潮の流れが速く、波の高い日本海で育つため、肉厚で身の引き締まった鮭になります。