



きゅうメール

【日にち】

12月23日（月）

【こんだて】

主食 大山の^{だいせん}恵み^{めぐ}小型^{こがた}コッペパン

主菜 揚げ^あぎょうざ

副菜 海鮮^{かいせん}白^{しろ}ねぎ^や焼きそば

もやし^{ちゅうか}の中華^あ和え

牛乳 ^{ぎゅうにゅう}牛乳

その他 ^{りんご}りんご

【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：

鳥取県産：牛乳、豚肉、しろねぎ、りんご

【給食センターより】

ヨーロッパのことわざに、「1日1個のりんごで医者いらず」とあるように、りんごは、風邪などの感染症予防に効果があるビタミンCや、おなかの中を掃除してくれる食物せんいが豊富に含まれています。また、皮ごと食べることかみごたえが生まれ、よくかんで食べることができます。今日は、鳥取市佐治町で収穫されたりんごです。