



きゅうメール

【日にち】 10月7日（水）

【こんだて】

主食	ごはん
主菜	さんまのおかか煮
副菜	もみじ麩のすまし汁
	白ねぎのたまごとじ
生乳	牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、乾燥きくらげ（富沢地区新興協議会）

鳥取県産：牛乳、たまご、たまねぎ、干しいたけ、白ねぎ、こまつな

【給食センターより】

白ねぎは、県内のいろんなところで作られていて、鳥取県は全国の中でも大きな産地のひとつとして知られています。冬が旬のイメージですが、品種を変えて栽培することにより、1年中おいしく食べられます。白ねぎの白い部分にはビタミンC、緑の部分にはカロテンが多く含まれています。また、白ねぎの香りの成分には、血行を良くして体を温め、疲れをとるはたらきがあります。白ねぎは、これからの季節に積極的に食べたい野菜のひとつです。