



きゅうメール

【日にち】 11月16日(月)

【こんだて】 主食 大山の恵み小型全粒粉パン

主菜 ヤーコンのかき揚げ

副菜 キムチラーメン

きくらげのナムル

生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：ヤーコン(白岩さん)、しろねぎ(竹下さん)

乾燥きくらげ(富沢地区新興協議会)、みそ(嶋田さん)

鳥取県産：牛乳、豚肉、キャベツ、しめじ、にんじん、きゅうり

【給食センターより】

ヤーコンは、さつまいものような形をしている野菜で、今日は地元で採れたヤーコンを、白ねぎやちくわと一緒にかき揚げにしました。果物の梨のようなシャキシャキとした歯ごたえが特徴のヤーコンは、ほんのり甘みがあって、おなかの調子を整えるはたらきがあります。かき揚げのほかに、きんぴらや煮物、サラダなどにして食べられています。