



きゅうメール



【日にち】 12月21日（月）

とうじ こんだて
冬至献立

【こんだて】 主食 大山の恵みコッペパン

主菜 チリコンカン

副菜 かぼちゃのポタージュ



だいこんサラダ

生乳 牛乳

その他 りんご



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：スープかぼちゃ（白岩さん）

鳥取県産：牛乳、豚ひき肉、水煮大豆、にんじん、エリンギ、だいこん、りんご

【給食センターより】

今日は「冬至」です。冬至とは、1年の中で一番昼間の時間が短くなる日のことです。日本では冬至の日には、昔からかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ると風邪をひかずに元気に過ごすことができると言われています。

今日の給食では、地元でとれたスープ用のかぼちゃを使ったポタージュにしました。かぼちゃを食べて冬を元気にすごしましょう。

また、今日のデザートのにんごは、鳥取市佐治町で収穫されたりんごです。ヨーロッパのことわざ「1日1個のにんごで医者いらず」とあるように、りんごには食物せんいや、ポリフェノールといった生活習慣病を防ぐはたらきがある成分が含まれています。