



きゅうメール

【日にち】

がつ はつか すい
1月20日（水）

こんだて いちぶ へんこう
※献立を一部変更しています

【こんだて】

しゅしよく はん
主食 ご飯

しゅさい うめ に
主菜 いわしの梅煮

ふくさい ちゅうか
副菜 ※じゃがいもの中華そばスープ

はくさい に
はくさいの煮びたし

ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう
牛乳 牛乳



はいげん 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 しらいわ
智頭町産：米、にんにく（白岩さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とり にく
鳥取県産：牛乳、鶏ひき肉、にんじん、チンゲンサイ、はくさい、しめじ

きゅうしよく
【給食センターより】

にんじんは、冬が旬の緑黄色野菜です。鮮やかなだいたい色で、給食の彩りを良くすることと、カロテンを多く含む栄養価の高い野菜であることから、毎日のように給食に登場します。給食で使用するにんじんは、家庭や給食センターで出る野菜の皮などを利用して作られた肥料を使って育てられたにんじんを使っています。

今日のいわしの梅煮は、特別な加工がしてあるので、骨も丸ごと食べられます。よくかんで食べましょう。（※本日、献立を一部変更しております。）