



# きゅうメール

【日にち】

5月11日(水)

【こんだて】

主食

ご飯

主菜

ホイコーロー

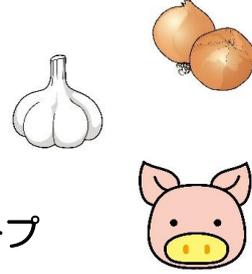
副菜

じゃがいもとにらの中華スープ

ささみときゅうりのごま酢和え

生乳

牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米

鳥取県産：牛乳、にんじん、チンゲンサイ、しめじ、きゅうり

にんにく、ピーマン

【給食センターより】

豚肉には疲れをとるはたらきのある栄養素が多く含まれています。たまねぎやにんにくと一緒に食べるとその効果がアップします。今日は豚肉と、にんにく、たまねぎをピリ辛の味付けで炒めたホイコーローです。