



# きゅうメール

【日にち】 1月17日（火）

【こんだて】 **主食** 大山の恵みキャロットパン

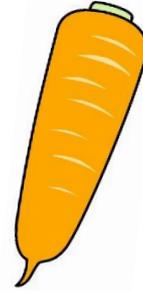
**主菜** 照り焼きチキン

**副菜** キャロットポタージュ

きのこのソテー

**牛乳** 牛乳

**その他** ヨーグルト



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：

鳥取県産：牛乳、鶏肉、豚肉、にんじん、しめじ、エリンギ

【給食センターより】

今日の汁物は、カロテンたっぷりのにんじんを使ったキャロットポタージュです。にんじんは、冬が旬の緑黄色野菜ですが、地域によっては夏にも作られています。鮮やかなオレンジ色が給食の彩りを良くしてくれるのと、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取り入れています。細胞の老化を防ぎ、免疫力を高めて、風邪などの感染症にかかりにくくするはたらきがあります。