

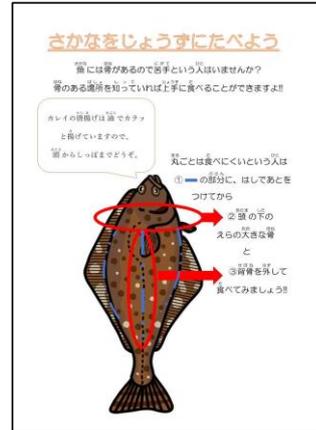


# きゅうメール

【日にち】 11月11日(金)

【こんだて】

主食 麦ご飯  
 主菜 かれいのから揚げ  
 副菜 ゆばのすまし汁  
 五目大豆煮  
 生乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、豆腐（なかや豆腐店）

鳥取県産：牛乳、えてかれい、みずにだいず、ゆば、にんじん

【給食センターより】

今日のかれいのから揚げは、真ん中の背骨と、頭の下にあるえらの大きな骨をはずしたら、残りは全部食べることができます。安全に食べるためのポイントは、魚の骨のある場所を知ることです。骨の位置を意識して、順番に外してみましよう。

また、今日は「ある食べ物」がいろいろな食品にすがたをかえて給食に使われているのですが、その「ある食べ物」とはなんでしょうか。それは、「大豆」です。大豆は日本人の食事に昔から深く関わってきた食べ物ですが、そのままでは食べにくく、消化もよくありません。そのため、昔からおいしく食べるための工夫をしてみました。今日の給食では、6つの「大豆がすがたをかえた食品」を使用しています。