



きゅうメール

ひ
【日にち】

が につ に ち か
8月29日(火)

【こんだて】

しゅしよく
主食

だいせん めぐ
大山の恵みコッペパン

しゅさい
主菜

かぼちやのみーとさーすや
かぼちやのミートソース焼き

ふくさい
副菜

えびぼーるすーぷ

ピーマンのナムル

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳

はいぜんず
【配膳図】



きょう ちさんちしょう
【今日の産地消】

ちづちようさん しらいわ
智頭町産：にんにく(白岩さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、豚肉、トマト、ピーマン、キャベツ、たまねぎ、しめじ、
もやし

きゅうしよく
【給食センターより】

いま しゅん なつやさい なつ よぼう こうか えいようそ
今が旬の夏野菜には、夏バテ予防に効果があるビタミンやミネラルなどの栄養素がた
くさん含まれています。また、みずみずしいので水分補給にも役立ちます。

きょう
今日は、かぼちや、トマト、ピーマンなどがたっぷり入った夏野菜献立にしました。

まだまだあつ ひ つづ まいにち しよくじ せっきよくてき と い
まだまだ暑い日が続きますので、毎日の食事に積極的に取り入れたいですね。

そして、ひ つづ まえ すいぶんほきゅう ところ
そして、引き続き、のどがかわく前の水分補給も心がけましょう。