



きゅうメール

毎月19日は
食育の日

【日にち】

9月17日（金）

食育の日献立

【こんだて】

主食 ご飯
 主菜 はたはたのから揚げ
 副菜 じゃがいものみそ汁
 切り干し大根の含め煮
 牛乳 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

智頭町産：米、たまねぎ（綾木さん）、じゃがいも（谷口さん）
 みそ（嶋田さん）

鳥取県産：牛乳、はたはた、油揚げ、にんじん、こまつな、えのきたけ
 きりぼしだいこん、干ししいたけ

【給食センターより】

はたはたは、県内では「白はた」と呼ばれており、鳥取県は全国1位の水揚げ量を誇ります。脂がのっているのが特徴の魚で、煮付けにしたり、一夜干ししたものを焼いたり揚げたりして食べられています。今日はから揚げにしています。たっぷりの油でじっくり揚げているので、頭もまるごと食べられます。真ん中の背骨の部分に気をつけて、よくかんで食べましょう。