



鳥取県森林セラピー
イメージキャラクター「もりりん」

きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ か もく
9月14日(木)

【こんだて】

しゅしょく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

なっとう
スタミナ納豆

ふくさい
副菜

ちくわ じる
あご竹輪のすまし汁

ブロッこんぶ

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
【今日の地産地消】

ちづちょうさん こめ しらいわ
智頭町産：米、にんにく(白岩さん)、

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく ちくわ
鳥取県産：牛乳、納豆、鶏肉、あご竹輪、にんじん、ねぎ、ブロッコリー、
たまねぎ、えのきたけ、キャベツ

きゅうしょく
【給食センターより】

みなさんは納豆は好きですか？独特のにおいと糸引くねばりが苦手な人もい
りませんか。今日の主菜は、鳥取県中部の給食センターで誕生した給食メニュー「ス
タミナ納豆」です。鶏ひき肉とねぎ、しょうが、にんにくなどの香味野菜、それからひきわ
り納豆と一緒に炒めて甘辛く味付けしています。炒めることでにおいやねばりがおさえら
れ、納豆が苦手な人でも食べやすくなっています。ごはんに添えていただきます。