



きゅうメール

ひ
【日にち】

が っ か す い
10月4日(水)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

いた
ちくわのツナ炒め

ふくさい
副菜

あき みの
秋の实りポトフ

はるさめ す もの
春雨の酢の物

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
智頭町産：米

とっとりけんさん ぎゅうにゅう

鳥取県産：牛乳、にんじん、たまねぎ、しめじ、キャベツ、さつまいも

きゅうしよく
【給食センターより】

今日は主菜の変更があります。「ちくわのツナマヨ焼き」から「ちくわのツナ炒め」になりました。楽しみにしていた人には申し訳ない気持ちですが、心をこめて作りましたので味わって食べてほしいと思います。

さて、ポトフとは、大きめに切った野菜をじっくり煮こむフランスの家庭料理です。日本のおでんに似ているかもしれませんが。ポトフは、じゃがいも、たまねぎ、にんじんに加え、どんな食材を使ってもおいしく調理できるのが魅力です。

今日は、さつまいも、しめじ、にんじん、だいこんなど、これから旬をむかえる食べ物が主役のポトフにしました。それぞれの食材の味を味わいながら食べてみてください。