



# きゅうメール

【日にち】 5月16日（月）

【こんだて】

主食	ご飯
主菜	さばのしょうが煮
副菜	にらたま汁
	たけのことさといものおかか煮
牛乳	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、たまご、たけのこ、えのきたけ、にんじん、さといも

【給食センターより】

たけのこは、春を感じさせる代表的な春野菜です。おなかの調子を整えてくれる食物せんいが豊富に含まれています。かみごたえもあるので、よくかむことにもつながります。1日に10cm以上も伸びることがあるほど、成長の早い野菜です。