



きゅうメール

【日にち】 3月10日(火)

中学校中止

【こんだて】

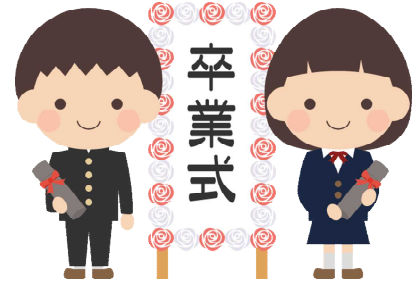
主食 大山の恵みコッペパン

主菜 かぼちゃコロッケ

副菜 肉だんごのスープ

海そうサラダ

その他 牛乳



【配膳図】



【今日の地産地消】

鳥取県産:パン、牛乳、にんじん、チンゲンサイ、しめじたけ

【給食センターより】

牛乳には、体を成長させるたんぱく質が多く含まれています。毎回、

給食についているのは、みなさんの体の骨を大きく強くするためです。

カルシウムも多く、心を穏やかにするはたらきもあります。

体の調子で、牛乳が飲めない人は、野菜や小魚にもカルシウムが含まれています。給食でよく取り入れている豆製品の豆腐や厚揚げ、野菜の中でも

小松菜やほうれんそうなどを残さず食べていきましょう。