



園林町森林セラピー
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 にち もく
2月27日(木)

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

ホイコーロー

ふくさい
副菜

ワントンスープ

もやしのナムル

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 あおき
智頭町産：米、みそ（青木さん）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、豚肉、にんじん、こまつな、えのきたけ、もやし

きゅうしよく
【給食センターより】

ぶたにく ひろうかいふく こうか ビーワン ほうふ ふく
豚肉には、疲労回復に効果があるビタミンB1が豊富に含まれています。

また、このビタミンB1は、にんにくやたまねぎなどと一緒に調理すると、

さらに吸収率がアップします。今日は、豚肉をにんにくやたまねぎ、キャベ

ツなどの野菜と一緒に炒めたホイコーローにしました。

はん こうご た
ご飯と交互に、よくかんで食べましょう。