



きゅうメール

ひ
【日にち】

がついつか すい
3月5日(水)

中3中止

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

てっばん や
鉄板たまご焼き

ふくさい
副菜

ほうれんそうのみそ汁 じる

スタミナ納豆 なっとう

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】

ちづちようさん 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 たまご どうふ とりにく
鳥取県産：牛乳、卵、豆腐、鶏肉、にんじん、えのきたけ、もやし

きゅうしよく
【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るかもしれませんね。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を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。

ごはんを添えて、いただきますよ。