



きゅうメール

ひ
【日にち】

がつ 3月19日(水)
にち すい

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

にく
かぼちゃひき肉フライ

ふくさい
副菜

だいこん しる
大根のみそ汁

きんぴらごぼう

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 こみやま
智頭町産：米、みそ(小宮山さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう
鳥取県産：牛乳、にんじん、こまつな

きゅうしよく
【給食センターより】

かぼちゃ、だいこん、ごぼう、にんじんは、こんさいるい根菜類といいます。

こんさいるい根菜類は、つち土のなか中で育つ野菜で、そだ食べるとやさい体をた中からからだ温めるなか効果があります。あたた
こうか

せっきよくてき積極的に食たべて、さむ寒さに強いつよからだをつくりましょう。