



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ 5月12日(月)  
にち げつ

(小学校用)

【こんだて】

しゅしよく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

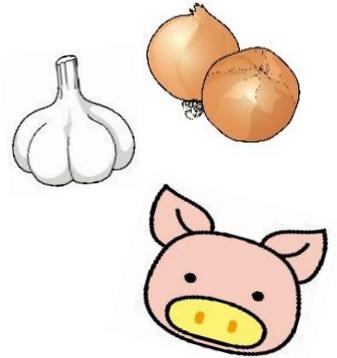
ほいこうろう  
回鍋肉

ふくさい  
副菜

じゃがいものスープ

た  
その他

とみざわ  
富沢きくらげ入りバンサンスー  
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 とみざわ ち くしんこうきょうぎかい  
智頭町産：米、きくらげ(富沢地区振興協議会)

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、にら、チンゲンサイ、もやし、えのきたけ

きゅうしよく  
【給食センターより】

しんねんど はじ つき た こんしゅうまつ うんどうかい  
新年度が始まり、ひと月が経ちました。今週末は運動会ですね。

つかれ ほんばん ちから で きゅうしよく た  
疲れがたまってくると、本番に力が出ません。しっかり給食を食べましょう。

きょう ぶたにく つか ほいこうろう からだ つか さいこう りょうり  
今日の豚肉を使った、回鍋肉は、体の疲れをとるのには、最高の料理です。

ぶたにく つか えいようそ おお ふく やさい いっしょ  
豚肉には、疲れをとるはたらきのある栄養素が多く含まれ、さらに野菜と一緒に炒めたピリ

から あじつ しよくよく ま つか てつだ  
辛みその味付けなので、食欲も増します。スープのじゃがいもには、疲れをとるのを手伝うビ

ふく きょう きゅうしよく げんき からだ つくる さいこう く あ  
タミン C が含まれています。今日の給食は、元気になる体を作るのに最高の組み合わせで

す。ごはんをモリモリ食べましょう。