



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ 6月13日(金)  
にち きん

【こんだて】

しゅしよく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

さわらのカレー焼き

ふくさい  
副菜

にらのみそ汁

かんぴょうのきんぴら

た  
その他 ぎゅうにゅう  
牛乳



はいぜんず  
【配膳図】



ユウガオの実

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 あやき  
智頭町産：米、みそ(綾木さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう  
鳥取県産：牛乳、にんじん、たまねぎ、しめじたけ

きゅうしよく  
【給食センターより】

かんぴょうについてです。

かんぴょうは、ユウガオの実からつくられます。

ユウガオの実は、ひょうたんに近い形をしています。

皮をとってから、中の白い実を、うすく長くむいて干します。

料理には、よく巻きずしの具に使われています。

今日は、きんぴらにしました。