



きゅうメール

【日にち】 7月8日(火)

【こんだて】

しゅしよく

主食

だいせん

大山の恵みコッペパン

しゅさい

主菜

て

照り焼きチキン

ふくさい

副菜

かぼちゃのスープ

とみざわ

富沢きくらげ入りソテー

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

智頭町産：きくらげ(富沢地区振興協議会)、にんにく(白岩さん)

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく

鳥取県産：牛乳、鶏肉、ベーコン、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、たまねぎ、

しめじたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

とりにく

からだ

きんにく

つく

しつ

ひろうかいふく

こうか

鶏肉には、体の筋肉を作る「たんぱく質」、疲労回復に効果がある「ビタミン

ビーワン

ほうふ

ふく

B1」を豊富に含んでいます。

また、「コラーゲン」といって肌をつるつるにしたり、骨や関節を丈夫にしたりす

る栄養も多く含んでいます。

きょう

今日は、しょうがやにんにくを、鶏肉の下味に使い、味わい深い照り焼きチキン

にしました。パンにはさんで食べてもいいので、よくかんでいただきます。