



きゅうメール

【日にち】 5月26日(月)

【こんだて】

しゅしよく
主食
はん
ご飯
しゅさい
主菜
ぶたにく いた
豚肉のカレー炒め
ふくさい
副菜
こまつな しる
小松菜のみそ汁
ポテトサラダ
た
その他 りゅうにゅう
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 あやき
智頭町産：米、みそ(綾木さん)

とっとりけんさん りゅうにゅう ぶたにく
鳥取県産：牛乳、豚肉、えのきたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

じゃがいもは、体^{からだ}のエネルギーだけでなく、体^{からだ}の疲れをとるビタミンCが
おおい食べ物^{もの}です。今日^{きょう}のポテトサラダ^{つか}に使われていますので、しっかり食べ
ましょう。

つゆ はい まえ きおん しつど へんか からだ つか
梅雨に入る前なのか、気温や湿度の変化がはげしいので、体も疲れやすくなっています。

しよくじ はや ね からだ やす
しっかりと食事^{しよくじ}をとり、早く寝^ねるようにして体^{からだ}を休めましょう。

げんき がっこうせいかつ おく
そして、元気に学校生活^{がっこうせいかつ}が送れるようにしていきましょう。