



きゅうメール

中3中止



ひ
【日にち】

がつ かい すい
3月6日(水)

【こんだて】

しゅしよく
主食
しゅさい
主菜
ふくさい
副菜

はん
ご飯
くろまめ
黒豆がんともの含め煮
ふく に
とんじる
豚汁

あ
はりはり和え

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 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 ぶたにく
鳥取県産:牛乳、豚肉、にんじん、こまつな、もやし、えのきたけ

きゅうしよく
【給食センターより】

大豆は日本人の食事に昔から深く関わってきた食べ物です。しかし、そのままでは食べにくく、消化もよくありません。そのため、昔からおいしく食べるための工夫をしてきました。今日の給食でも、がんもどき、油揚げ、みそなど大豆がすがたをかえた食品を使用しています。

良質なたんぱく質を多く含んでいる大豆製品を積極的に食べて、強いからだをつくりましょう。