



# きゅうメール

ひ  
【日にち】

がつ か げつ  
6月9日(月)

は くち けんこうしゅうかん  
歯と口の健康週間

【こんだて】

しゅしょく  
主食

はん  
ご飯

しゅさい  
主菜

す  
酢どり

ふくさい  
副菜

はるさめスープ

もやしとほうれんそうのナムル

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】

ちづちょうさん こめ あやき とみざわ とみざわ ち くしんこうきょうぎかい  
智頭町産：米、みそ（綾木さん）、富沢きくらげ（富沢地区振興協議会）

とっとりけんさん ぎゅうにゅう とりにく  
鳥取県産：牛乳、鶏肉、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、たけのこ

きゅうしょく  
【給食センターより】

きくらげは、カルシウムの吸収をすすめるビタミンや食物せんいが多い

きのこです。

ちゅうかりょうり  
中華料理にはかかせないといわれ、見た目と食感が、海そうのクラゲに

似ているところから、きくらげと呼ばれています。

ころも あ とりにく いっしょ やさい あまず す  
衣をつけて揚げた鶏肉と一緒に野菜を甘酢でからめた酢どりに

入れています。さて、クイズです。きくらげの色は次のうちどれでしょう？

①白②黒③どちらでもない…（間をあけて）答えは、②の黒色です。

よくかんでたべましょう。