

まい 毎月 19 日 は



食育の日



「食」を通して、心も体も元気に生きる力を「育」てることを「食育」といいます。

家族いっしょに
食事をしよう

旬の地場産物を
味わおう

子どもと
食体験をしよう
(料理・買い物・野菜を育てる) など

家族みんなで「食」について考えてみませんか？

鳥取県の郷土料理



大山おこわ



かに汁



いただき



どんどろけ飯



小豆雑煮



いわし団子



いぎす



こも豆腐

制作 (公財) 鳥取県学校給食会

監修 鳥取県教育委員会

協力 鳥取県学校栄養士協議会