

10月給食だより

食べ物を大切にしよう



皆さんは、給食を残さずに食べていますか？ 苦手な食べ物や味つけだったり、準備に時間がかかって食べる時間が少なかったり、さまざまな理由で残している人がいるのではないのでしょうか。毎年10月は国が定める「食品ロス削減月間」10月30日は

「食品ロス削減の日」です。食品ロスとは、まだ食べる事が

できてもゴミとしてすてられてしまう食品のことです。日本では2023年度は約464万トンもの食品ロスが発生しています。この量を国民1人あたりで換算するとおにぎり1個分（約100g）の食べ物を毎日捨てていることになります。

食品ロスをへらすために何ができるか考えてみましょう！



10月食品ロス削減月間



食品ロス削減！給食センターではこんなことに取り組んでいます



♥ 作る日に納品する

7:00 野菜納品



野菜や肉などは作る日に新鮮なものを持ってきてもらうので、使う前にくさって捨てる・・・ということがないです。

♥ 捨てる部分が少ないように切る



根などを切るときは捨てる部分を少なく切るように工夫しています。

♥ ほかにも・・・

- ・食べる人数分だけ作る
- ・学年にあわせた量を配缶する

同じ30名分でも、学年があがることにひとりあたりの量を増やしており、食缶に入れる量を変えています。

・残さず使う

食品や調味料の容器についている分も残さず使っています。
など、いろいろな工夫をしています

「食品ロス削減の日」は、汁物でだしをとったかつお節を再利用したエコふりかけです♪

30(木) 食品ロス削減の日
おはなし給食

きんぴられんこん
エコふりかけ

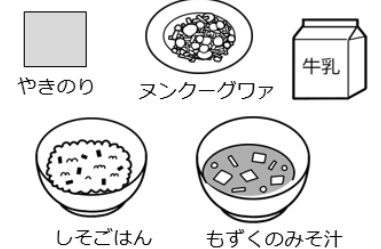


日本では食品ロスが毎日国民1人あたりおにぎり1個分出ています。この量を感じてもらいたいと思い、10/16(木)の給食は自分で作る「セルフおにぎり」です。

しっかり手を洗って上手に作ってね♪

16(木)世界食糧デー・琉球料理の日

おにぎりをつくってね♪



おにぎりの写真で世界を救う！？「おにぎりアクション」

世界食糧デーに合わせ実施されている「おにぎり世界を変える」をテーマにした、寄付活動です。

おにぎりの写真を撮ってSNS・特設サイトに投稿するとアフリカ・アジアの子供たちに給食が届くというものです。学級や家庭で参加するのはいかがでしょうか。

詳しくはQRコードからご覧ください！

つくろう。食べよう。

あの人に、あの子に、わたしに。愛を込めてにぎる「おにぎり」。その「誰かのため」の気持ちに、世界の子どもたちへの想いも込めて。あなたが「おにぎり」を食べると、アフリカ・アジアの子どもたちにも温かい給食が届く。

onigiri-action.com

おにぎりを撮影しSNSに投稿
写真や動画をSNSに投稿
写真や動画をSNSに投稿
写真や動画をSNSに投稿

おにぎりで世界を変える 10.16世界食料デー記念
おにぎりアクション
2025.10.7TUE - 11.15SAT

TABLE FOR TWO



「おしりたんてい」「ルルとララ」の絵本に出てくる料理♪

スイートポテト

材料(小さめ6個分)

- ・やきいも 1本(約200g)
- (茹でたさつまいもでもOK)
- ・さとう 15g
- ・バター 8g
- ・豆乳(牛乳) 小さじ1～
- ・黒ごま 少々
- ・卵黄(はちみつ) 少々

作り方

- ①焼き芋の皮をむき、ボールに入れ、つぶす。
- ②①に、さとう、溶かしバターを入れる。かたさをみながら豆乳で調整する。(やわらかい場合は豆乳いれなくてもOK)
- ③丸めて鉄板に並べ、表面に卵黄をぬり、黒ゴマを少しかける。
- ④オーブン200度で15分焼く。

※給食では食物アレルギーに配慮し、卵黄以外で焼き色を付けるためにはちみつを使用しました。
1歳未満へはちみつの使用はお控えください。

