



10月給食だより

家庭数配布

令和3年9月29日
練馬区立中村西小学校
校長 瀧嶋 克己
栄養士 廣頼 貴和

10月は食品ロス削減月間です。食品ロスとは「食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。世界では、すべての人が十分に食べられるだけの食料が生産されているのに、約8億2000万人が飢えに苦しんでいます。一方で、たくさんの食べ物を輸入しながら、たくさん無駄にしている私たち。食品ロス月間をきっかけに、私たちが毎日食べているものはどこから来ているのか調べ、作ってくれた人に感謝し、自分たちが食べ物を無駄にしないためにはどうするべきか考えてみましょう。

10月は3R推進月間!



みんなで
カエサル

減らせる (Reduce)



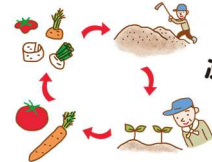
自分に合ったふさわしい量を知り、それをなるべく残さず食べるようにして食べ残しをできるだけ減らしましょう。まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物（食品ロス）も減らしていきましょう。

むだなく使える (Reuse)



食品については、材料をむだなく使い切ったり、残りものを別な料理にアレンジしたりしてむだなく使うことも含まれます。とくに災害に備えて備蓄している食品などは工夫して食べきたいですね。

よみがえる (Recycle)



野菜くすなどの生ごみを再び堆肥にして畑で使ったり、牛乳パックから再生紙を作って利用したりして、限られた資源を有効に使いましょう。



学校では、「何が何でも食品ロスゼロにするぞ!」と無理に食べさせたり、特定の子に代わりにたくさん食べてもらい残食を減らすなどの取り組みはしていません。人数分を計算して作り、給食時間の様子や返却後の残食を見てどうしたら完食できるか工夫しながら毎月の献立を考えています。必要な栄養を過不足なく摂り、子ども達が好きなものばかり食べるのではなく、いろいろな食べ物や料理に出会い初めてのものに挑戦しながら自分なりの食事のスタイルを作っていく。その成長のお手伝いのできたらなと思っています。



10月19日(火) まいたけご飯、牛乳、イカの香味焼き、はりはり漬け、だんご汁

毎月19日は食育の日ということで、群馬県の郷土料理であるだんご汁の提供です。丸めただんごを地元産の野菜と一緒に煮込んだ鍋料理であり、群馬県沼田市では古くから食べられてきた名物料理です。また、群馬で生産量の多いまいたけをたっぷり使った炊き込みご飯もご用意しました。にんにくや生姜がきいた手作りのタレがかかったイカもよく噛んで、口に広がる秋の味を楽しんでください!



10月のお誕生日給食は、10月21日(木)です

11月分の給食費は10月27日(水)に引落としされます。通帳残高をご確認ください

〈ご注意〉学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日までの入金をお願いいたします。
なお、未納の状況に応じて、必要な法的措置をとる場合があります。

いつも給食へのご理解・ご協力ありがとうございます