

10月給食だよ!

令和2年9月30日
練馬区立旭丘中学校

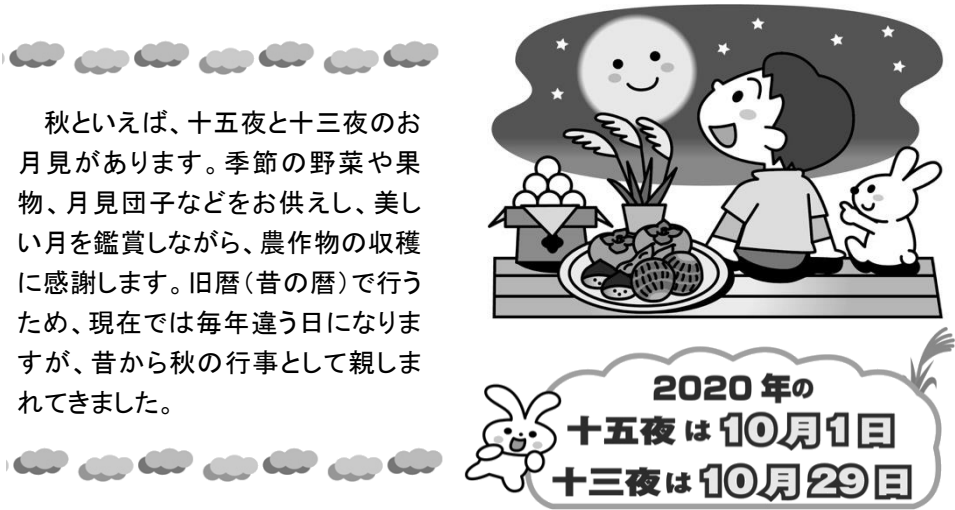
秋風が吹く爽やかな季節になりました。朝晩と日中の温度差が大きいので、体調を崩さないように注意が必要です。今月の中旬からは運動会の練習が始まります。朝ご飯をしっかりと食べてから登校するようにしましょう。



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、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では年間で約612万トン※もの食品ロスが発生しています。この量を国民1人当たり換算すると、お茶わん1杯分の食べ物(約132g)を、毎日捨てていることになります。食品ロスを減らすために、できることから始めてみませんか? ※農林水産省・環境省「平成29年度推計」

<p>家にある食材・食品をチェックし、使い切れる分だけ買う。</p>	<p>冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、何があるか把握しやすくする。</p>
<p>すぐに使うなら、消費期限・賞味期限の近いものを買う。</p> <p>消費期限と賞味期限のイメージ</p>	<p>①食品を種類ごとに分ける。 ②それぞれの置く場所を決める。 ③詰めこみ過ぎずフリースペースを作る。 ④ストックのルールを決める。</p>
<p>新鮮なうちに冷凍するなど、保存方法を工夫する。</p>	<p>在庫一掃の日を決めて、残った食材・食品を食べ切る。</p>

出典:消費者庁「計ってみよう!家庭での食品ロス」



今月の献立から

12日(木) ☆ 目の愛護デー ☆

10日は目の愛護デーです。給食では、ブルーベリーを使用した「ブルーベリーマフィン」を作ります。目の健康について考えるいい機会なので、ご家庭でも話してみてください。

23日(金) ☆ 運動会応援献立 ☆

運動会で頑張ってほしいと願いを込めて、「ソースカツ」を作ります。力を蓄えて、運動会で活躍する姿を見せてください。

29日(木) ☆ 十三夜の献立 ☆

旬の食材を使った「吹き寄せおこわ」、「実だくさんみそ汁」と、デザートに「みたらし団子」を作ります。秋の収穫に感謝をしていただきましょう。

給食の食材の主な産地(7月)

・北海道(ワカサギ、鮭、トマト、じゃがいも、さやえんどう)	・埼玉県(豚肉、なす)	・高知県(しょうが)
・青森県(にんにく、にんじん、大根)	・千葉県(にんじん)	・福岡県(葉ねぎ)
・福島県(いんげん)	・東京都(ピーマン、さやいんげん、小松菜、長ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ)	・佐賀県(玉ねぎ)
・茨城県(パプリカ、じゃがいも、)	・長野県(白菜、冬瓜、セロリ)	・長崎県(シイラ)
・栃木県(卵、ほうれん草、にら、もやし)	・鳥取県(鶏肉)	・大分県(パプリカ)
・群馬県(キャベツ、ごぼう)	・愛媛県(たけのこ)	・長崎県(オクラ)
		・沖縄県(もずく)

学校給食費の徴収にご協力をお願いいたします。

10月の引き落とし日は、10月5日(月)です。