

給食だより 11月号

練馬区立光が丘第二中学校

木々の葉が色づきはじめ、秋の深まりを感じるようになりました。
これから寒さが本格的になってきます。しっかり食べて体調を整えましょう。

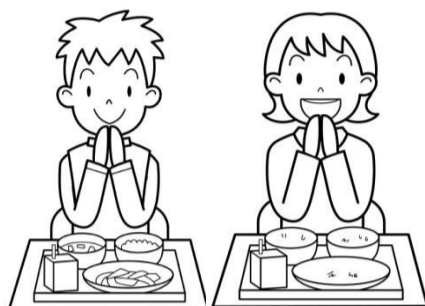
『早寝・早起き・朝ご飯』のシンボルマーク★



今月のテーマは『感謝して食事をしよう』です

11月23日は勤労感謝の日です。皆さんは食事を食べる前・食べた後に、手を合わせて「いただきます。」「ごちそうさまでした。」と言っていますか？毎食のことで、何気なくしているかもしれませんが、動植物の命や恵みを頂くことに対して“感謝”の気持ちを表した言葉です。日頃“感謝”して食事ができているでしょうか？

農林水産省及び環境省の公表によると、平成30年度日本国内における売れ残りや期限切れ・食べ残しなどのいわゆる『食品ロス』と呼ばれるものは約600万トンで、これは前年度より12万トン減少したそうですが、依然年間で東京ドーム約5杯分、1人あたりに換算すると、毎日茶碗約1杯ノ



（約130%）の食品を捨てていることとなります。

これは世界の食糧援助量390万トンを大きく上回り、世界トップクラスの食品廃棄量となっています。一方で、日本の食糧自給率はカロリーベースで37%（平成30年度）と半分以上を輸入に頼っています。

皆さんもよく耳にするようになった「SDGS」（「Sustainable Development Goals」の略、「持続可能な開発目標」の意味）にも、“2030年までに小売り・消費レベルにおける1人当たりの食品廃棄物を、世界全体で半減させること”という目標が盛り込まれるなど、国際的にも食品ロス削減に取り組む動きが高まっています。

11月10日（水）は『練馬産キャベツを使った給食』の日です

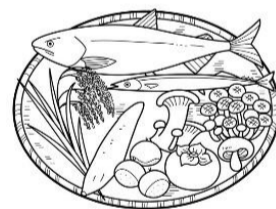
毎年11月に練馬区の小中学校では練馬産キャベツを使用した一斉給食を行います。（今年度は6月にも実施しました。）地元の農産物についての理解を深め、生産者の方々への感謝の気持ちを育てること、地産地消をすすめることがねらいです。今回はキャベツをたっぷり使ったミートローフを提供します。採れたて新鮮なキャベツの美味しさを味わい、感謝の気持ちを持って残さず食べてほしいと思います。

11月24日（水）は『和食の日』です。

日本人の伝統的な食文化として、和食がユネスコの無形文化遺産に登録されたことをきっかけに、伝統的な食文化について見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日として制定されました。給食ではご飯を主食とした和食を中心に、行事食や郷土料理を取り入れ、伝統的な食文化を伝えています。

<11月の献立紹介>

- 11/1（月） ちらし寿司、鶏のあられ揚げ、みぞれ汁、りんごゼリー
翌日がお隣の春の風小学校の開校記念日ということで、お祝いメニューとなります。ちらし寿司や、鶏肉に5色のあられをまぶして揚げた唐揚げなどを提供します。
- 11/4（木） とよま丼、豚じゃが味噌汁
「とよま丼」は、宮城県登米市で有名な油麩を卵でとじた料理です。こくのある油麩の旨味と甘めの味付けでご飯がすすみます。
- 11/24（水） こぎつねご飯、ハタハタの唐揚げ、和風だしの野菜スープ、みかん
毎年11/24は『和食の日』です。これにちなみ、この時期ならではのハタハタの唐揚げや、かつおだしの旨味が感じられる野菜スープなどを提供します。



その他に、揚げパン（11/5）やキムチチャーハン（11/11）、カレーライス（11/12）、竹輪の磯辺揚げ（11/30）など、3年生の『リクエスト給食』も引き続き提供していきます。お楽しみに…♪

11月に使用する主な野菜の産地（予定）

米	青森県	玉ねぎ	北海道	キャベツ	練馬区
じゃが芋	北海道	人参	北海道	さつまいも	茨城県
大根	町田市・練馬区	里芋	練馬区	南瓜	北海道
白菜	茨城県	ほうれん草	埼玉県	小松菜	府中市・瑞穂町
ネギ	八王子市・瑞穂町	フロッコリー	立川市・練馬区	ゴボウ	青森県
りんご	長野県	みかん	佐賀県・熊本県・愛媛県	柿	和歌山県・奈良県
牛乳	北海道・青森県・秋田県・岩手県・宮城県・群馬県・山梨県・東京都				

学校給食費
引き落とし日

次回は

11月26日（金）
です

