

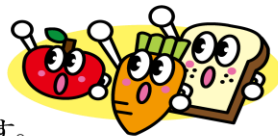


給食だより



令和8年 9月 28日
練馬区立大泉西小学校
校長 島田 朋子

食べ物の「もったいない」を減らそう！



国では、10月を「食品ロス削減月間」、10月30日を「食品ロス削減の日」と定めています。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。現在、日本の食料自給率は約38%（カロリーベース）※1と、多くを海外からの輸入に頼っています。それにもかかわらず、年間約461万トン（推計値）もの食品ロスが発生しています※2。これは、1人1日当たり、おにぎり1個分を捨てている量に相当します。食品ロスを減らすことは、地球環境を守り、限りある資源を大切にすることにつながります。まずは、身近なところから「もったいない」を減らしていきましょう。



（令和6年度）

おおにししょう まいにち ざんしょくりつ 大西小の毎日の残食率ってどのくらいなんだろう？

10月は食品ロス削減月間ということで、毎日の給食がどのくらい残っているのか、どのくらいロスしているのか、をお伝えします。表は一学期の間の残食の多いものを載せています。そこから、麦ご飯（カレーや丼の日

残食率

- ・麦ご飯…14.4%
- ・混ぜご飯…20.0%
- ・和え物やサラダ…22.5%
- ・汁もの…22.6%
- ・牛乳…14.7%



は除いてあります）より、いろいろな野菜や豆などが入った混ぜご飯を残す子が多いことがわかります。また、和え物やサラダといった野菜の多い副菜や汁もの残食が多くなっています。副菜の量はそこまで多くありません（学校HPに中学年の給食の写真を掲載しています。）ので、ビタミン等バランス良く栄養を摂るため、しっかり食べてほしいです。そして、みなさんがあと一口ずつ食べてくれると食品ロスはぐっと少なくなります。「もったいない」の意識で、「あと一口」がんばりましょう！



給食時間にできること



1 協力して準備をし、食べる時間を確保する



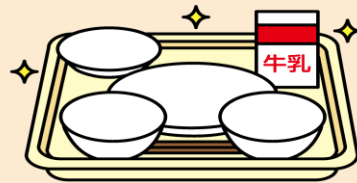
食べているときも時間を意識しましょう

2 自分が食べ切れる量に調整する



からだに必要量を知らずとも大切です

3 食べ残しのないように、きれいに食べる



「お皿ピカピカ」を目指しましょう

9月の使用食材産地

牛乳…東京、群馬、山梨、岩手、青森、宮城、秋田、山形、福島、北海道 米…青森 黒米…岩手 大麦…福井 米粉…埼玉 小麦粉…三重
片栗粉、きび、昆布、大豆…北海道 もち米…秋田 豚肉…青森、北海道、茨城 鶏肉…岩手、青森 黒糖…沖縄 こんにゃく…群馬 ひじき…長崎、三重 かつおぶし…静岡・九州 きざみのり…兵庫 いか…ペルー さば、ししゃも…ノルウェー ぶり…長崎、韓国 かつお…三陸 ちりめんじゃこ…兵庫、瀬戸内 みそ、寒天…長野・岩手 干し椎茸…大分 切干大根…宮崎 巨峰…長野 りんご…山形 すいか…北海道 にんにく、ねぎ…青森 生姜…高知 しめじ、えのき、キャベツ、セロリ、白菜、ズッキーニ…長野 大根…青森、北海道 人参、玉葱、じゃがいも、とうもろこし…北海道 もやし、ミニトマト…栃木 ピーマン…青森、茨城 れんこん…茨城 きゅうり…福島 ごぼう、里芋…宮崎 小松菜…埼玉、練馬 さやいんげん、ほうれん草…群馬 チンゲンサイ…静岡