



給食だより

令和8年10月

練馬区立中村中学校発行

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。



※1：農林水産省（令和6年度）※2：消費者庁・環境省・農林水産省（令和6年度）



9月に行われた給1グランプリ

優勝クラスは

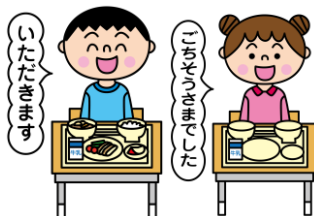
1年E組

2年A組

3年E組 でした。

おめでとうございます☆

10月の献立から優勝クラスのリクエスト給食を組み込んでいきます。



主食…きなこ揚げパン・
ココア揚げパン・牛丼・みそラーメン・
ジャージャー麺

主菜…から揚げ・ちくわの磯辺揚げ・
ジャンボ揚げ餃子・ハンバーグ・
肉じゃが

汁物…ABCスープ・豚汁・みそ汁・
ミネストローネ

副菜…パリパリワントンサラダ・
大学芋・バジルポテト・ナムル

デザート…フルーツポンチ・
冷凍パイナップル・ココアムース・
冷凍みかん・コーヒー牛乳

《 集計結果はこちら → → → 》

栄養バランスや予算、旬などの都合でリクエストすべてを入れることはできませんが、できる限り献立に取り入れていきますので楽しみに☆

保健給食委員の皆さん給1グランプリお疲れさまでした!



～今月のこんだて～

2日（金）月初めのカレーの日

月初めのカレーの日♪今月はビーフカレーの登場です。

22日（木）家庭科コラボ給食 第2弾

現在の2年生が1年生の時に家庭科の授業で考えた

メニューの組み合わせを実際に給食で再現しました!

今月は誰の献立が登場するのか…楽しみに!

◎リクエスト給食

◎マークは給1グランプリ

優勝クラスのリクエスト給食です!



9月に使用した給食食材の主な産地

米…ひとめぼれ(岩手・宮城)

野菜…東京・茨城・青森・北海道・群馬・埼玉・栃木・長野・秋田

埼玉・静岡・山形・高知 など

くだもの…レッドメロン(北海道)・豊水梨(栃木)

サンつがるりんご(青森) など

魚類…銀鮭(宮城)・ししゃも(アイランド他)

肉類…茨城・群馬・宮崎・岩手・北海道 など

7月牛乳産地…東京・群馬・山梨・岩手・青森・秋田・宮城・

山形・福島・北海道

