

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。

今月のテーマ『感謝して食事をしよう』



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、令和4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472万トでした。これは、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**(約103g)の食品を捨てていることとなります。もったいないと思いませんか？
この数は世界の食糧援助量480万トとほぼ同等の数で、残念ながら日本は世界トップクラスの食品廃棄量になっています。一方で、日本の食糧自給率は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=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24日は『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>

11/15(金) さつまいもご飯、治部煮、キャベツのおかか和え、みかん
秋に美味しいさつまいもを使ったさつまいもご飯です。治部煮は、石川県金沢市の郷土料理で、具材をじぶじぶ煮ることからこの名前がついたといわれています。

11/19(火) ご飯、いかのかりんとう揚げ、野菜の磯辺和え、さつま芋と豆麩の味噌汁
毎月19日は食育の日です。今月は、3年生のリクエスト給食でも多くの票が入っていた「いかのかりんとう揚げ」が登場します。



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	チンゲンサイ	静岡県
じゃが芋	北海道	里芋	練馬区	さつまいも	茨城県	にんにく	青森県
大根	北海道・千葉県	ゆず	練馬区	南瓜	北海道	しょうが	高知県
にら	茨城県	パプリカ	山梨県	小松菜	東京都	りんご	山形県・長野県
三つ葉	千葉県	ピーマン	茨城県	白菜	茨城県・長野県		
にんじん	北海道	もやし	栃木県	ほうれん草	栃木県		
牛乳	北海道・青森県・秋田県・岩手県・宮城県・群馬県・東京都						

