

＊給食だより＊



早寝早起き朝ごはん

「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

10月16日は世界食料デー

世界食料デーとは、世界の一人ひとりが、基本的人権である「すべての人に食料を」のもと、世界に広がる栄養不良や飢餓、極度の貧困を解決していくことを目的とし、国連が制定した日です。

これを機に、食料問題の解決について調べたり、周りの人たちと話し合ってみたりして、解決に向けて何ができるのかを考えてみましょう。



©少年写真新聞社2025



たくさんの食品が捨てられている「食品ロス」

世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量は、年間370万トン(2023年)です。一方、日本の食品ロスの量は、年間464万トン(2023年度)ですが、これは食料支援量の約1.3倍になります。一人ひとりができるところから、食品ロス対策を始めていくことが大切です。

©少年写真新聞社2025

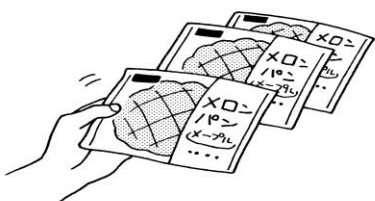
身近なところから始める食品ロス対策

家にある食材をチェック



事前のチェックで、無駄な買い物を防げます。

すぐ食べる時は手前から



棚の手前にある、期限の近いものを取ります。

賞味期限は過ぎても食べられる



すぐに食べられなくなるわけではないので、おとなと相談してから食べましょう。

©少年写真新聞社2025

9月に使用した食材の主な産地												
牛乳	米	人参	ねぎ	玉ねぎ	にら	じゃがいも	きゅうり	なめこ	ゴーヤ	かぼちゃ	さつまい	豚肉・鶏肉
東京都・群馬県・山梨県	令和6年度産	北海道	青森	北海道	茨城	北海道	群馬	群馬	群馬	北海道	茨城	千葉・青森
山形県・北海道・岩手県	青森県産まっしぐら	生姜	小松菜	キャベツ	水菜	青・赤ピーマン	ズッキーニ	セロリ	なす	里芋	梨	かつお
宮城県・秋田県・青森県		茨城	埼玉	群馬	茨城	茨城	長野	長野	群馬	埼玉	茨城	静岡
												北海道



6 日（月）『十五夜献立』

十五夜は、一年の中で一番きれいな満月が見える日のことです。満月の夜にお団子や秋の食材をお供えて、お月さまに「豊作になる感謝の気持ち」を伝えていたそうです。給食では、白玉粉にかぼちゃを混ぜ込んだ「月見団子」を一つずつ丸めて、給食室で手作ります。

10 日（金）『目の愛護デー』

10 月 10 日は、日付の「10」と「10」を横にすると眉と目に見えるため、「目の愛護デー」になりました。目の愛護デーは、目の大切さを考える日です。緑黄色野菜に含まれるカロテンは、体内で必要に応じてビタミン A に変わります。ビタミン A は目や粘膜の健康を保つ栄養素です。代表的な緑黄色野菜は「にんじん」です。給食には、毎日使われています。

14 日（火）『鹿児島県郷土料理』

「鶏飯」は、ほぐした鶏肉、干し椎茸、卵、パパイヤのみそ漬け、ねぎ、みかんの皮、のりなどをごはんの上にのせ、鶏ガラスープをかけて食べる、奄美地域を代表する郷土料理です。「からいもねったぼ」は、鹿児島県の特産品として全国に知られるさつまいもを使った郷土料理です。ねったぼの由来については「練ったぼたもち」からきたという説があるようです。それぞれを、給食ではアレンジして作ります。

