

10月給食だより

広陵町・香芝市共同
中学校給食センター
スマイル
2024年10月号

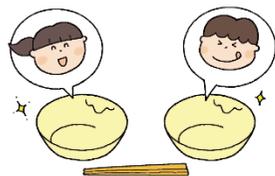
スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋の到来です。しっかり給食をいただきましょう！今月は食品ロス削減月間です。食品ロスを減らすために皆さんにできることは何か考えてみましょう。

考えよう！食品ロス

10月は食品ロス削減月間です

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられている食品のことです。

日本の食料自給率は、令和5年度で38%（カロリーベース）で、食べ物を大量に輸入しています。その一方で、食べ物を大量に捨ててしまっています。日本の食品ロスは、年間で約470万トン（令和4年度）発生しているといわれています。とてももったいないですね。食品ロスを減らすためにはどうすればいいのでしょうか？



給食は配りきるようにしましょう。
食べる時間をしっかりと、
苦手なものも食べてみましょう！



必要な分だけ購入し、家にあるものを
食べきる工夫をしましょう。期限表示
(※)を正しく理解しましょう。

(※) 消費期限…安全に食べられる期限。期限をすぎたら食べない方がよい。
賞味期限…おいしく食べることができる期限。期限をすぎてもすぐに
食べられなくなるわけではない。

食べ物を無駄にしないためにできることから始めましょう

Q. 食料を輸入に頼っているとどうなるの？

A. 日本は、食べ物の多くを外国産に頼っているため、世界のできごとの影響を受けやすくなっています。例えば、世界的な人口増加で食料が足りなくなったり、外国の経済事情で輸入ができなくなったり、地球温暖化や異常気象で収穫量が減ったりすることも考えられます。安心して食べるためには、食料自給率を上げることが必要です。



☆SDGsと食品ロスとのかかわり☆

食品ロスを減らすことはSDGsの目標12「つくる責任 つかう責任」につながります。給食を残さないことが地球のより良い未来につながるということを意識して給食をいただきましょう！



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

12 つくる責任
つかう責任



令和6年度の食育の日は「日本全国味めぐり」をテーマに実施します。

今月の食育の日の献立は10月18日「埼玉県の料理」

かてめし 牛乳 ゼリーフライ 煮ぼうとう ぶどうゼリー



埼玉県は関東地方の中央に位置し、奈良県と同様に海に面していない県です。

かてめしは「糀飯（かてめし）」と書きます。「糀（かて）」とはご飯を炊くときに量を増すために混ぜて加えるものという意味があり、季節の野菜や山菜、きのこなどを指します。お米が貴重だった時代に、糀（かて）をまぜて量を増やして食べたことからこの名前がついたと言われています。

ゼリーフライは名前から想像が付きにくい料理ですが、小判のような形から「錢（ぜに）フライ」と呼ばれていたのが変化し、「ゼリーフライ」と呼ばれるようになったと言われています。おからとじゃがいもを使用した揚げ物です。給食では特製のソースをかけて提供します。

煮ぼうとうに使用する麺は薄くて幅の広い麺です。山梨の名物「ほうとう」と共通していますが、ほうとうがみそ味なのに対し、煮ぼうとうはしょうゆ味のスープという違いがあります。おいしくいただきましょう！

奈良県産食材（10月使用分）

米 パン 米粉 ぶなしめじ まいたけ こんにゃく ふしそうめん
奈良のブルーベリーゼリー 小松菜 鶏卵（液卵） 青ねぎ



通信欄

○食物アレルギーの対応を希望される方は、学校へお問い合わせください。
○広陵町・香芝市共同中学校給食センター使用給食食材の産地と原材料・アレルギー情報を、香芝市教育委員会保健給食課のホームページに掲載しています。