

給食だより10月

文京区立駒本小学校
校長 根来 郁明
栄養士 寺田 早智子

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日あたり、おにぎり1個分を捨てていることになります。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・環境庁・農林水産省（令和6年度）

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

2 自分が食べ切れる量に調整する

3 食べ残しのないように、きれいに食べる

もったいないよお

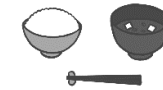
ちきゅうがあつ いってひめいをあげている！

10月の献立について

8日(木) 和食の日

ユネスコ世界文化遺産に登録され世界に誇れる和食文化！その理解を深めるため、平成29年度より「和食の日」として月に1回給食にとりいれています。

みなさん、ごはんは左、汁は右、正しい姿勢で食べていますか？



日本三大芋煮

27日(火) 郷土料理 芋煮献立

文京区は、文化交流や災害が起きた時の応援・協力を島根県津和野町と約束しています。島根県津和野町が日本三大芋煮の活動を、愛媛県大洲市と山形県中山町と行っていて、区でもその活動に協力し、給食で芋煮をします。また、地方の風土に育まれた伝統料理で、郷土食に親しむということも目的にしています。

今年は愛媛県大洲市のいもたきを提供します。鶏肉、乾燥したしいたけ、こんにゃくなどにねばりのある里芋を入れて煮込みます。「いもたき」と呼ばれ、味は少し甘めです。

23日(金) 十三夜献立

みなさんは十三夜を知っていますか？
十五夜の後、約1か月後にやって来る名月のことです。

また、十五夜は中国から伝わってきましたが、十三夜は日本特有のもので秋の収穫が終わる地域が多いことから、それに感謝しながら美しい月をながめる風習と言われています。十五夜のころは秋雨前線や台風の影響で月がみられないこともありますが、その一月後の十三夜は天気がよいことが多いため「十三夜にくもりなし」と言うそうです。

お供えるのは、栗・大豆・すすき・お団子です。さて、どんなお月様がみられるでしょうか？

