



食育だより

令和4年10月発行
野木町教育委員会

♪♪ 10月は「とちぎ食育推進月間」です♪♪

野木町の学校給食では、毎月18日に「のぎ地産地消の日」献立を実施しています。
また、11月14日～19日の週には、「すごいぞとちぎの農業」事業として、
栃木産の食材を使用した給食を実施する予定です。



★野木町産の野菜を使用した「のぎ地産地消献立」

5月 献立



ごはん(町産コシヒカリ)
牛乳(栃木県産)
回鍋肉(町産ピーマン・キャベツ・玉ねぎ)
焼売
ワンタンスープ(町産葱・県産豚肉・もやし・ほうれん草)

6月 献立



ごはん(町産コシヒカリ)
牛乳(栃木県産)
納豆(県産大豆使用)
肉じゃが(町産じゃがいも・玉ねぎ・人参・いんげん)
ゆばたま汁(県産ゆば・ほうれん草・卵
町産人参)

7月 献立



バターロール・牛乳(栃木県産)
のぎ野菜のチーズ焼き(町産なす・トマト・玉ねぎ・かぼちゃ)
ワンタンスープ(県産豚肉・にら・葱)
いちごのヨーグルトあえ
(県産とちおとめゼリー)

9月 献立



ごはん(町産コシヒカリ)
牛乳(栃木県産)
青椒肉絲(町産のピーマン・県産豚肉・干し椎茸)
焼売
トマトと卵のスープ(県産トマト・県産卵)

10月は「食品ロス削減月間」です。

食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことです。



食品ロスを減らすコツ

家にある食材・食品
をチェックし、使い
切れる分だけ買う。



冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、
何があるか把握しやすくする。



すぐに使うなら、消費期限・賞味期限
の近いものを買う。



消費期限と賞味期限のイメージ



新鮮なうちに冷凍す
るなど、保存方法を
工夫する。



在庫一掃の日を決
めて、残った食材・
食品を食べ切る。



- ① 食品を種類ごと
に分ける。
- ② それぞれの置く
場所を決める。
- ③ 詰めこみ過ぎず、
フリースペース
を作る。
- ④ ストックのルー
ルを決める。

出典：消費者庁「計ってみよう！家庭での食品ロス」

知っていますか？「フードドライブ」

家庭で余っている食べものを持ち寄り、地域の福祉団体やフードバンクなどに寄付する活動です。全国では、スーパーマーケットや地方公共団体に常設の専用BOXが設置されているところもあります。定期的に受付をしている施設や団体、イベント会場での実施など、あなたの地域にもフードドライブを行っているところがないか調べてみませんか？

野木町では、総合サポートセンターひまわり館、ボランティア支援センターきりぎり館、老人福祉センターホープ館でフードドライブを行っています。

