

給食だより

(毎月18日はのぎ地産地消の日)



令和5年

1月号

野木町立野木中学校

“1月23日~27日”は「給食週間」です

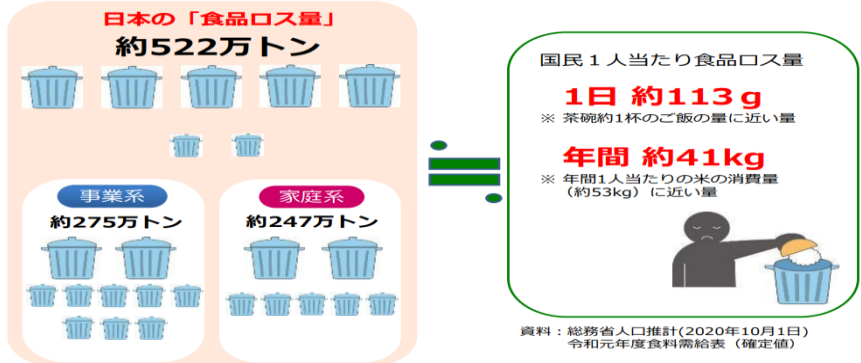
23日(月)は、「給食のはじまり」です。給食が始まった明治22年の献立です。給食の意義を考えながら自分で「おにぎり」をにぎって、のりをまいて食べてください。

1月は「学校給食週間」があります。今年の給食週間は、「食品ロスについて考えよう」がテーマです。食べられるのに捨てられる「食品ロス」を減らして、未来につなげましょう。

かんがえよう! 食品ロス

～食べられるのに捨てられてしまう食べ物～

日本の食品ロスの状況 (令和2年度)



楽しみながら家庭でも食品ロス削減

直接は関係なさそうだけど、じつは食品ロス削減に大きくつながる行動があります。いくつかご紹介します。

旬の食べ物を 使う



旬とはその食材がよくとれ、熟し、味のよい季節や時期のことで、鮮度のよいものがたくさん出回ります。素材の味だけで十分おいしくなります。季節限定の貴重な味だと思つて大切に食べる気持ちが出てきます。

家族と一緒に 料理をする



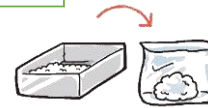
作り手になると食べ物への見方が変わります。材料や味付け、量の加減も自由自在。できたてを食べられるのは本当に幸せなことです。親子で楽しく料理ができれば、ますますおいしくなりますね。

お買い物は 計画的に



必要な分だけ購入できるよう、事前にチェックをしましょう。加工食品の消費期限と賞味期限をきちんと区別し、賞味期限内のもので、すぐに食べ切れそうなものは、日付の新しさにこだわらずに購入しましょう。

《おにぎりの作り方》



ビニールの上から握る



のりをまいて食べる

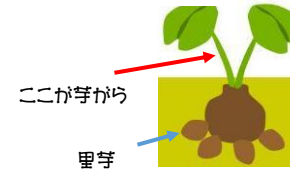
学校給食での食品ロス削減の取り組み

24日(火)は、「野菜の芯」



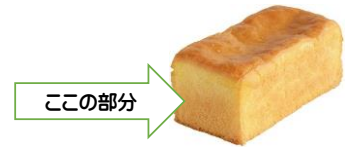
フロccoliーは 茎まで

25日(水)は、「おからと芋がら」



ここが芋がら 里芋

26日(木)は、「ツナの油とパンの耳」



この部分

27日(金)は、「地産地消」

地場産物は、作る人の顔が見えるため、食べ物への愛着を深め、食品ロス削減にもつながります。

ほく私たちにできること



クラスに配られた給食は一度、全部配ろう!



食べる時間をしっかりと、苦手なものでもひと口は食べてみよう!

食品ロス削減だけを考えれば、みなさんの好きな献立だけを出していればよいでしょう。しかし、みなさんは今、まさに成長の途中です。いろいろな食べ物や料理に出会い、必要な栄養を過不足なくとり、はじめての食べ物や料理にも挑戦しながら、自分なりの食事への姿勢を作っている最中です。そうした食事に向かう姿勢の1つとして、食品ロス削減の観点も大切にしていきたいと考えています。

