

10月 給食だより

令和8年度



高城学校給食センター

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日当たり、おにぎり1個分を捨てている量に相当します。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・環境省・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

「味覚の秋」がやって来た!! 五感で味わい、食事を楽しみましょう

新米をはじめ、さまざまな農作物が収穫の時期を迎えています。サンマやサケなどの魚も脂がのっておいしい季節です。このように秋は旬の食べ物が豊富で、気候も過ごしやすく食欲が増すことから、「味覚の秋」や「食欲の秋」といわれます。

食事のとき、テレビやスマートフォンを見ながらダラダラ食べていませんか。食事に集中してよく味わうことで、満足感が上がり、心も体もリフレッシュできます。五感を使って味わい、「味覚の秋」を楽しみましょう。



味覚の秋・食欲の秋

～ 10月の給食について～

○ ひむか地産地消の日: 16日(金)

献立: コッペパン、牛乳、白菜のクリーム煮、アスパラサラダ

県内産食材→牛乳、とり肉、はくさい、にんじん、きゅうり

○ ベジ活の日: 8日(木) 献立: ごはん、牛乳、ホイコーロー、根菜汁(小学校3・4年生で約140g(1人あたり)の野菜を使用しています。)

○ リクエスト献立

6日(火) 志和池小: マヨネーズパン、牛乳、タンドリーチキン、野菜ソテー、ウインナーと野菜のスープ煮、りんごタルト

14日(水) 志和池中: ごはん、牛乳、からあげ、そえ野菜、豆腐のみそ汁、いちごクレープ

