

給食だより

令和5年度 10月
〈江田島市学校給食共同調理場〉

「食欲の秋」「鳥肥ゆる秋」といわれるように、秋はおいしいものがたくさん出回ります。初秋のころは、暑い夏の間に失われたビタミンやミネラルを多く含む果実やきのこが旬を迎え、秋が深まるにつれて、冬の寒さに備えてエネルギーを多く含むもや根菜が旬を迎えます。「みのりの秋」を給食でも子どもたちに伝えていきたいと思っています。

10月は食品ロス削減月間です！



食品ロス削減国民運動 シンボルマーク ろすのん

日本でどれくらい捨てられているの？

〈1年で東京ドーム16杯分！〉



×16杯

日本で、食べられるのに捨てられてしまう食べ物は年間約600万トンです。

1人が
1日
お茶碗
1杯分



1人が1日にお茶碗1杯分の食べ物を捨てていることになります。



これからどうしたらいいの？

〈私たちにできること〉



クラスに配られた給食は、一度全部配りましょう。



買いすぎず、あるものは使い切り、食べきる工夫をしましょう。

食べる時間を考えて、苦手な物でも一口は食べてみましょう。

旬の食べ物を味わいましょう！

みんなで出来ることから取り組んでいきましょう☆



今は一年中、食べたいものを手に入れることができるようになりました。しかし、食べ物には、それぞれの地域でよくそだち、たくさんとれる季節があります。それぞれの食べ物が一番よくとれて、おいしくなった時期を食べ物の「旬」といいます。

秋が旬の食べ物はどれかな？

○をしてみよう

答えは右下にあります



給食でも秋のおいしい食べ物を使っています。お家でも旬の食材を味わいましょう。

学校からの給食メッセージ

- 9/4(金) サラダがシャキシャキしていて栄養満点でした。ハヤシライスもとても美味しかったです。いつも美味しい給食をありがとうございます。(江田島中2年)
- 9/5(火) 全部おいしかったです。特にさばの竜田揚げがカリカリしておいしかったです。給食の配ぜんも丁寧にころがけようと思いました。かきたまじるがとてもおいしかったです。(三高小4年)
- 9/7(木) 今日のごまじるととうふのチャンプルーがおいしかったです。ごまじるはごまが入っていて、良い味になって、豆腐のチャンプルーは豆腐がしるとうまく合っていてよかったです。(三高中2年)
- 9/8(金) 今日は、ギリシャの事について知る良い機会になる給食だと思いました。色々なギリシャの料理は新鮮な感じがしてワクワクしました。(能美中2年)
- 9/13(水) とりのからあげがあまくてカリカリしてて、おいしかったです。(切串小3年)
- 9/15(金) ジョアがおいしかったです。えいごを習っているのでABCスープがうれしかったです。(江田島小3年)