

たのしい食育

※このおたよりは、食に関する情報を載せていますので、お子さんと一緒にご覧ください。

令和5年10月
編集・発行
福知山市学校給食会
学校給食センター
(小学校)



食品ロス かんが について考えよう!



今から4年前に食品ロスの削減の推進に関する法律（食品ロス削減推進法）が施行されました。それに基づき、10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」となりました。

みなさんも日頃の食事を振り返り、食品ロスについて考える機会にしましょう。

食品ロスとは...

まだ食べられるのに、捨てられてしまう食べ物のことを言います。

日本では、年間523万トン、国民1人あたりに換算すると、毎日お茶碗一杯分の食べ物が捨てられていることとなります。

523万トンとは
東京都約4.2杯分



なぜ、食品ロスを減らさなければならないの？

食べ物がむだになりもったいないだけでなく、多くの食べ物をごみとして処分することによる環境の悪化や将来的な世界人口の増加による食料危機に繋がっているからです。

食品ロス削減に向けて私たちにできることは？

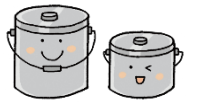
食べきる



作り過ぎない
食べられる部分まで
捨てない



福知山市学校給食センターでも 食品ロスを減らすために取り組んでいます



福知山市学校給食センターでは、毎回専用の機械を使って学校ごとにどのくらい給食が残っているかを量っています。また、毎月その量を各学校にお知らせし、「食品ロス=残菜」が少なくなるよう呼び掛けています。



この中に残菜を入れて
計量した後、食缶を洗う
ことができる機械だよ!



10月分の残菜量のお知らせ

福知山市学校給食センター

〇〇小学校 様

1日平均量 〇〇 kg
1人1日平均量 〇〇 g
(残菜の少ない基準・・・10g以下)

★日々の給食指導にご活用ください。



給食レシピ

10月の新作メニュー

糸こんにゃくの炒め物



材料 (4人分)

- 糸こんにゃく...120g
- ぶたひき肉...60g
- にんじん...30g
- 竹輪...30g
- 葉ねぎ...20g
- 油...小さじ1/2
- 砂糖...大さじ1/2
- 濃口しょうゆ...大さじ1/2
- 酒...小さじ1/2
- 塩...少々
- 豆板醤...0.2g

作り方

- ①糸こんにゃくを5cm長さ、にんじんと竹輪をせん切り、葉ねぎを小口切りにする。
- ②糸こんにゃくは一度下茹でしておく。
- ③フライパンに油と豆板醤を入れて熱し、ぶたひき肉を炒める。
- ④肉に火が通ったら、にんじんを加えて炒め、火が通ったら、糸こんにゃくと竹輪を加えてさらに炒める。
- ⑤全ての具材に火が通ったら、調味料と葉ねぎを加えて仕上げる。