

きゅうしょく 給食だより～元気 げんき



ようやく暑さが和らぎ、秋の気配を感じるようになってきました。学問、スポーツ、芸術、読書など、秋はさまざまな活動に打ち込み、才能を伸ばすのにぴったりな季節です。また、おいしい食べ物がたくさん出回ります。秋を感じる食べ物をたくさん見つけ、よく味わいながら食べましょう。

がつ こんだて

10月の献立より

☆今月の地場産物（伊賀・三重産）☆

こめ・米粉・小麦粉・牛乳・牛肉・豚肉・鶏肉・鶏卵・豆腐・油揚げ・厚揚げ・

ねぎ・はくさい・ほうれんそう・生しいたけ・こまつな・みずな・まこもたけ・チンゲン菜・

にんにく・だいこん・もやし・さつまいも・葉の花オイル

※紙面の都合上、伊賀・三重産しか掲載しておりませんが、他の食材の产地も開示しています。

いつでもお問い合わせください。いがっこ給食センター元気【41-0888】

（魚の产地は、右の二次元コードを読み取り、10月詳細をご覧ください。）



こんげつ 今月の「いがスマイル給食」

10/6(月)ー米・小麦粉・豚肉・にんにく



10/9(木)ー米・小麦粉・豚肉・こまつな・まこもたけ

10/23(木)ー米・牛肉・生しいたけ・はくさい・こまつな・ねぎ

きゅうしょく
給食センターに見学に来てくれました☺

9月11日(木)

阿山小学校1年生のみなさん



あさ
～朝ごはんにオススメの給食レシピ～
ポトフ
10/15(水)の献立より

やさい
野菜がたくさんとれて、
からだあたたか
体が温まるメニューです！

ざいりょう 材料	ひとりぶん 1人分	にんぶん 4人分
サラダ油	0.5 g	小さじ 1/2
セロリ	1 g	一片
鶏肉	8 g	32 g
にんじん	20 g	1/2本程度
たまねぎ	50 g	1個
かつおだし	75 g	300 g
じゃがいも	50 g	中 2個
塩	0.58 g	小さじ 1/2
こしょう	少々	少々
うすくちしょうゆ	0.88 g	小さじ 1

作り方

- セロリはみじん切り、鶏肉は一口大、たまねぎは薄切り、にんじんは厚めのいちょう切り、じゃがいもは角切りにする。
- 鍋に油をひき、セロリと鶏肉を炒める。
- にんじん、たまねぎを入れ、炒める。
- だし汁を入れて煮る。
- じゃがいもを入れ、さらに煮る。
- 塩、こしょう、しょうゆで味をととのえたら完成。

10月は「世界食料デー」月間です

10月16日は「世界食料デー(World Food Day)」。

国連が制定した、世界の食料問題について考える日です。

世界では、すべての人が十分に食べられるだけの食料が生産されているにもかかわらず、飢餓の問題はまだ解決されていません。さらに近年の紛争や異常気象、経済の悪化などで世界では6億7,300万人(2024年)が飢餓に直面しているそうです。

一方、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことを「食品ロス」といいますが、日本ではこの食品ロスが、2023(令和5)年度で年間464万トンと推定されています。

1人当たりにすると1日約102g、1年で約37kgにもなるそうです。

この機会に、私たちが毎日食べているものはどこから来ているのかについてよく知り、自分たちが食べ物をむだにしないためにどうするべきかを考えてみませんか。



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



エスティージーズ
SDGsでも、2030年までに「飢餓をゼロに」する
ことが目標の1つになっています！