

10/27は「十三夜」



# 食べる力

令和5年10月

五城目第一中学校

## 食品ロスについて知っていますか？



10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。

日本では、本来食べられるのに捨てられてしまう食品、「食品ロス」の量が令和2年度に年間522万トン(推計値)となっています。これは、国民1人当たりにして換算すると、毎日ご飯茶碗1杯分ほどの食品を捨てている計算になります。一方で、日本は食料自給率が低下し続けており、多くの食料を海外から輸入しているのが現状です。

家庭から出る食品ロスの発生要因は「食べ残し」、「直接廃棄」(手つかずの使わなかった食品)、「過剰除去」(野菜等の皮のむき過ぎ)などがあります。

食品ロスは、日々の心掛けで少しずつ減らすことができます。日本の大切な文化である「もったいない」の気持ちを大切に、それぞれができることから、食品ロス削減に取り組んでみませんか？

### のこさず食べる

毎日の食事や、給食で出る残食を減らそう！



### すぐに使うなら「てまえどり」

手前にある商品を買うようにしましょう！



### 必要な分だけ購入する

無駄なく食材を使って食べきりましょう！



### 期限表示を正しく理解する

予定と照らし合わせて買うと無駄が少ない！

**賞味期限**

## 9月の給食から...

### 9/6 さつまいもとりんごのパイ

給食もだんだん秋らしいメニューになってきました。



### 9/15 ヤンニョム風チキン

ヤンニョムチキンとは、甘辛いソースで味付けされた韓国のフライドチキンの一種です。給食では、揚げずに焼いてヘルシーに仕上げました。



### 9/2 五目焼きそば フライドポテト

学校祭を意識したメニューにしました。



1日の寒暖差が激しくなってきましたね。3食しっかり食べて体調を整えていきましょう！