

食育だより

令和3年度10月発行
琴浦町立学校給食センター



読書週間献立を実施します！



10月は食品ロス削減月間です。食品ロスとは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことをいいます。琴浦町の学校給食での残菜はごく少量ですが、食品ロスの観点も踏まえ、子どもたちが初めての食べ物や苦手な料理にも挑戦し、望ましい食事のあり方を学んでいけるよう、今後も食育の取り組みをすすめていきたいと思ひます。

学校給食での食品ロス削減の取り組み

人数分を正確に作る



過不足のないよう、食数を計算して食材を発注し、各学級の数に合わせて計量配食しています。

献立のねらいを知る



食材や生産に関わること、食事のマナー、栄養のバランスなど、食の情報を日々子どもたちに発信しています。

ふり返る

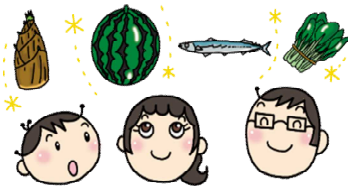


給食時間の様子、残菜の状況などを確認することで、次の献立へのヒントや食育指導のあり方をふり返ります。

楽しみながら家庭でも食品ロス削減

直接は関係ないようでも、家庭での食に関する取り組みは、子どもたちの食品ロス削減の意識向上につながります。家族で何をしようか、話し合ってみませんか？

旬の食べ物を
使う



家族と一緒に
料理をする



お買い物は
計画的に



10月28日(木)
「がんばれ給食委員長」
中松まるは 作 石山さやか 絵 より
たまご焼き ちくぜん煮 かぼちゃのみそ汁

くじびきで給食委員長になってしまった主人公。給食の食べ残しが栄養士の先生の悩みであることを知り、給食委員会で取り組みを始めます。「みんなが好きなメニューをだせばいいのではないか」と考えますが、給食にはいろいろな決まりやハードルがあって…。毎日食べているのに、以外と知らない給食のことがよくわかる1冊です。



給食アンサンブル

如月かずさ

給食レシピ紹介「しいらのカレー焼き」



10/4の給食に登場します♪

【材料(2人分)】

- しいら切身・・・2切
- カレー粉・・・小さじ1/4
- 生姜・・・少々
- しょうゆ・・・大さじ1
- 酒・・・大さじ1
- みりん・・・大さじ1/2
- さとう・・・小さじ1

【作り方】

- ①調味料を混ぜ合わせ、漬けダレを作る。
- ②①にしいら切身を20分以上漬け込む。
- ③フライパンやグリルでこんがり焼目が付くよう焼く。

※魚が苦手な人も食べやすい味付けです。他の魚でもお試しください！

