

# 10月 給食だより



令和6年9月26日  
津幡町立英田小学校  
(長子に配付)

残暑厳しい日が続きましたが、ようやく秋に近づいていくようです。給食は2学期より、秋の食材を使ったメニューへと変化しています。今月も秋らしい料理がたくさん登場します。食を通して、四季を感じることができるといいですね。

## 10月は「食品ロス削減月間」です！



10月は国が定める「食品ロス削減月間」です。食品ロスとは「食べられるのに捨てられてしまう食べ物」のことです。日本の令和4年度の食品ロス量は472万トンでした。これは国民1人当たりおにぎり約1個分の食べ物を毎日捨てていることとなります。食品ロスをそのままにしておくと、たくさんの食べ物を無駄にしてしまうだけでなく、環境の悪化を招きます。これからの未来に向けて、1人1人が食品ロスを減らすためにできることを考えてみましょう。

## 給食の食品ロスを防ぐためにできること！

ごはんの食べ方

ごはん残さずに食べるには…？



## みなさん、「三角食べ」していますか？



ご飯、汁物、おかずと三角形をかくように、いろいろなものを順番に少しずつ口にする食べ方です。おかずばかり先に食べる「ばかり食べ」は、好きなものばかり食べてしまい苦手な食べ物が残ってしまったり、ごはんが残ってしまったりします。ごはんやおかずを交互に食べるようにすると、栄養がかたよりにくく、味わいも豊かになり、「食品ロス」を減らすことにもつながります！

