

食べ物を大切にしよう

皆さんは、給食を残さずに食べていますか？
苦手な食べ物や味つけだったり、準備に時間がかかって食べる時間が少なかったり、太りたくないからなど、さまざまな理由で残している人がいるのではないのでしょうか。しかし、一人が残す量がたった一口分だったとしても、それが集まればすごい量になります。給食は、成長期にある皆さんの健康や発達のために、栄養バランスを考えて作られています。また、給食ができるまでには多くの人や物が関わっていますので、感謝の気持ちを忘れずに、食べられる人は、



残さず食べるよう心がけてほしいと思います。ただし、食べられない理由は人それぞれです。決して、周りの人に食べることを無理強いすることのないようにしましょう。

10月

食品ロス削減月間



ねんかん とうきょう ほんぶん
年間で東京ドーム 16 杯分！



× 16 杯



お茶わん
1 杯分

1 日

現在、日本では年間約
646万トンの食べ物が捨て
られています。一人 1
日お茶碗 1 杯分の食べ物
が捨てられていることにな
ります。

ぼく わたし
僕たち私たちにできること



食べる時間をしっかりと
とり、苦手な食べ物でも
ひと口は食べてみよう！

みんなが
みんなで考えたいこと



買いすぎず、あるものは使い切り、食べきる工夫をしよう。

参考：農林水産省『食品ロスの削減に向けて』（平成 30 年 4 月）、政府広報オンライン（平成 28 年 10 月 11 日）

☆ 14 日は横浜献立です ☆

明治 5 年（1872 年）10 月 14 日、新橋～横浜間に日本で最初の鉄道が開通したことを受け、それから 122 年後の平成 6 年、その誕生と発展を記念し、毎年 10 月 14 日を「鉄道の日」と決めました。

（国土交通省 HP より引用）

この日の給食は、駅弁としても有名な横浜名物のシウマイ弁当をイメージした
ホタテ入りシュウマイです。鉄道に思いを馳せて給食を食べましょう♪



担当：栄養士 進藤 悠