

10月 給食だより



令和8年9月29日
千葉市立金沢小学校

少しずつ秋の気配が感じられるようになりました。秋は、何をするにも気持ちのよい季節です。また、「食欲の秋」といように、おいしいものがたくさん出回る季節です。実りの秋に感謝して、おいしい秋の味覚を楽しみましょう。

10月は食品ロス削減月間です。食品ロスを減らすために自分にできることを考えてみましょう。

10月は「食品ロス」削減月間 ～食品ロスって?～



「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です。売れ残りや期限が切れたもの、調理の時の皮のおき過ぎ、食べ残しなどがあります。日本では、こうした食品ロスが1年間で約461万トンも発生しています。

一人当たりになると、おにぎり約1個分の食べ物を毎日捨てていることになります。

食品ロスはどこで発生しているの?



食品ロスの約半分は、家庭から捨てられているものです。

食品ロスを減らすためにできること

- ☐ 好き嫌いせず残さず食べる
- ☐ 食材を無駄なく使う
- ☐ 食べきれん分だけ買う
- ☐ 外食では食べきれん分だけ注文する



一人一人の行動で、食品ロスを減らすことができます。食べ物をごみにしないことを意識してみましょう。

～“食品ロス”クイズ～

Q1 1年間に日本で出る食品ロスのうち、家庭から出る食品ロスの量はどれくらいでしょう?

- ① 約224万トン ② 約52万トン ③ 約7万トン

Q2 「食品ロス削減月間」はいつでしょう?

- ① 5月 ② 10月 ③ 12月

Q3 食品ロスを減らすために、給食でできることはなんでしょう?

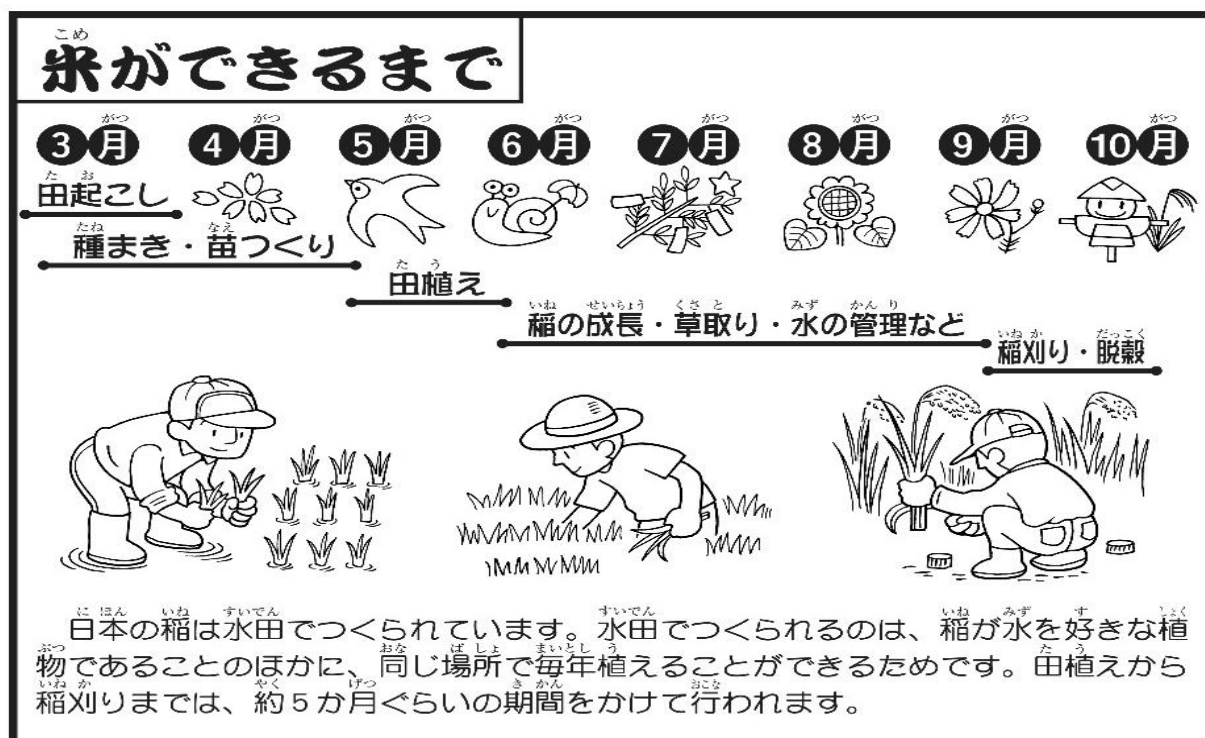
- ① たくさんよそって残す
② 食べられる量を考えてよそい、足りなければおかわりする
③ 人気のおかずだけ食べる

千葉市 ごみ削減キャラクター
へらそうくん



新米の季節になりました！

千葉県は全国有数の米どころで、東日本一の早場米の産地です。普段の給食のお米は、千葉県でとれた「ふさこがね」という品種ですが、10月から12月は、収穫されたばかりの千葉市産「コシヒカリ」を使用します。新米は、柔らかく粘りがあり、香りも豊かです。かめばかむほど甘みが増し、米のおいしさがわかります。よくかんで味わいましょう。



給食で主に使用している食材の産地(9月2日～9月18日)

種類	産地	種類	産地	種類	産地
牛乳	千葉市	さつまいも	千葉県	キャベツ	群馬県
米	千葉県	ごぼう	青森県	長ねぎ	北海道、青森県
パン (小麦)	北海道、埼玉県、 群馬県、茨城県、 千葉県	じゃがいも	北海道	もやし	栃木県
		だいこん	北海道	きゅうり	千葉県、群馬県、 福島県
		にんじん	北海道		
豚肉	千葉県	たまねぎ	北海道	ピーマン	茨城県、長野県
鶏肉	千葉県	こまつな	茨城県	なし	千葉県