

10月 食育だより



恵庭市学校
給食センター

10月 食品ロス削減月間

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。感謝の気持ちを忘れずに、食べられる人は、なるべく残さず食べるよう心がけてほしいと思います。

食品ロス削減 3つのコツ

1 買い過ぎない



家にある食材をチェックし、使い切れる分だけ買いましょう。

2 作り過ぎない



家族の予定や体調を考慮し、食べ切れる分を調理しましょう。

3 食べ残さない



作った料理は早めに食べ切りましょう。

参考：消費者庁「食品ロス削減ガイドブック」（令和３年度版）



食品ロスを減らさなければならない理由

食べ物の「いのち」をそまつにしないため



地球環境を守っていくため



おしらせ 地産地消



今月の恵庭産野菜使用予定

じゃが芋⇒小学校：15、23、26、30日
中学校：7、9、13、14、19、30日
キャベツ⇒小学校：5、7、8日
中学校：5、14、21日
大根⇒小学校：2、6、7、20、21、26日
中学校：19、23、26、28日
なす⇒小学校：20日
中学校：9日