

考えてみよう 食品ロス

10月16日は、世界の食料問題について考える「世界食料デー」です。日本でも、10月は「食品ロス削減月間」とされています。食品ロスとは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食品」のことです。日本では年間約464万トンの食品ロスが出ていますが、そのうち半分近くは家庭から出ています。ご家庭でも食品ロスについて、是非考えてみてください。

いま世界で 何が起きているの？

食べ物が余っている、捨てている現実がある一方で、世界では食事を満足に摂ることができない人もおり、9人に1人が栄養不足だという報告もあります。



「食品ロス」何が問題？

■ 環境への負荷

食品ロスの多くは、ごみとして焼却処分されています。地球温暖化をすすめる温室効果ガスのうち、8～10%が食品ロス処理の際に排出されているという報告もあります。



また、日本は海外からたくさんの食べ物を輸入しています。輸送の際に消費する多くのエネルギーも、環境への負荷につながります。

■ 資源もムダに…



食料の生産には、水や土地などの資源をたくさん使います。たとえば、お茶碗1杯分のごはんができるまでに使う水は約450Lと言われています。食べ物を捨てるということは、これらの資源もムダにすることになってしまうのです。

「食品ロス」を減らすためにできること

ご家庭でのお食事

- ☐ 冷蔵庫を整理・整頓し、期限切れを見逃さない
- ☐ 食品を上手に保存
- ☐ 作りすぎないように作る量の調節を
- ☐ へたや芯はぎりぎりのところで切り落とす

買い物

- ☐ 賞味期限・消費期限について正しく理解
- ☐ すぐ食べる時は「てまえどり」を

外食

- ☐ 食べ切れる量の注文を
- ☐ どうしても食べ切れない時は、持ち帰りができるか確認を

賞味期限

おいしく食べられる期間の目安。未開封なら期限が過ぎても食べられる場合があります。

消費期限

安全に食べられる期間の目安。



- ・牛乳は毎日つきます。
- ・天候などの理由により、一部の食材は変更になることがあります。
- ・使用食材については、なるべく詳しくお知らせしたいと考えておりますが、全ての食品は記載しておりません。アレルギー等で詳細な献立表が必要な方は学校にご相談ください。
- ・冷凍あさり等海産物全般には、小さなえび、かに、貝殻等が混入している場合があります。

月	火	水	木	金
6日 ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ おひたし	7日 コッペパン ほうれん草のクリーム煮 ぶりスパイス揚げ りんご	8日 5年生宿泊学習 玉ねぎのかき揚げ丼 みそ汁 柿	9日 5年生宿泊学習 五目うどん ごまみそポテト ベビーパイン缶詰	10日 5年生休業日 深川めし みそ汁 ちくわチーズつめフライ
(精白米)・(豆腐・豚肉・しょうが・にんにく・サラダ油・にんじん・長ねぎ・干しいたけ・みそ・ごま油・トウモロコシ・片栗粉)・(カラフトししゃも(子持ち)・小麦粉・片栗粉・菜種油)・(ほうれん草・もやし・糸かつお)	(小麦粉・脱脂粉乳・卵)・(ベーコン・ほうれん草・マカロニ・にんじん・玉ねぎ・マッシュルーム・小麦粉・バター・サラダ油・チーズ・牛乳・豆乳・スキムミルク・鶏がらスープ)・(ぶり・しょうが・にんにく・片栗粉・小麦粉・菜種油)	(精白米/えび・あさり水煮・さくらえび・しらす干し・玉ねぎ・にんじん・ごぼう・しゅんぎく・ひじき・小麦粉・卵・菜種油/むろあじ・昆布・片栗粉)・(高野豆腐・わかめ・長ねぎ・むろあじ・昆布・みそ)	(ソフトめん/鶏肉・油揚げ・つと・にんじん・ほうれん草・ごぼう・長ねぎ・干しいたけ・たまご・むろあじ・昆布)・(じゃがいも・菜種油・みそ・すりごま)	(胚芽精米・大麦・昆布・冷凍あさり・しょうが・にんじん・ごぼう・サラダ油・みそ・小松菜)・(もやし・油揚げ・むろあじ・昆布・みそ)・(ちくわ・チーズ・小麦粉・卵・パン粉・菜種油)

月	火	水	木	金
13日 スポーツの日 	14日 揚げパン ポテトスープ あさりのスパゲティサラダ	15日 ごはん みそきのこ汁 さんまの煮付け みかん 和食の達人 	16日 カレーラーメン シナモンポテト 柿	17日 エスカロップ ブロッコリーとコーンのサラダ
	(ソフトフランス(小麦粉・トド・上 新粉)・菜種油・ツナ缶)(パ ン・じゃがいも・にんじん・玉ね ぎ・パセリ・鶏がらスープ・鳥が ら)(あさり水煮・しょうが・スパ ゲティ・きゅうり・にんじん・サラダ 油・みそ・ごま油・ごま)	(精白米)(ぶなしめじ・えのき たけ・なめこ・にんじん・大根・ ごぼう・長ねぎ・油揚げ・サラダ 油・むろあじ・昆布・みそ)(さ んま・しょうが)	(ソフトラーメン/豚肉・しょうが・に んにく・サラダ油・メンマ・もやし・ 白菜・にんじん・玉ねぎ・ほう れん草・長ねぎ・わかめ・ 小麦粉・サラダ油・カレーウ・みそ・ トマトピューレ・りんご・鳥がら・豚 骨・煮干し・昆布)(さつまい も・菜種油)	(胚芽精米・大麦・バター・パセ リ・たけのこ/豚肉・小麦粉・卵・ パン粉・菜種油/玉ねぎ・にん じん・しょうが・にんにく・サラダ 油・ケチャップ・トマトピューレ・デミ グラスソース・鶏がらスープ・小麦 粉)(7 ロックリー・コーン・ごま・サラダ 油)
20日 ごはん カレー肉じゃが さばの香味揚げ 磯和え	21日 横割パンズ ベーコンシチュー 揚げハンバーグ (照り焼きソース) スライスチーズ ベビーパイン缶詰	22日 ごはん 三平汁 豚肉と野菜の炒め物 みかん	23日 みそバターコーンラーメン きなこポテト 黄桃缶	24日 とりめし みそ汁 ほっけのオートミールフライ
(精白米)(豚肉・じゃがいも・ 玉ねぎ・にんじん・しらたき・さ やいんげん・干しいたけ・たも ぎたけ・しょうが・サラダ油)(さ ば・しょうが・にんにく・片栗 粉・小麦粉・菜種油)(小松 菜・白菜・のり)	(小麦粉・脱脂粉乳・卵)(パ ン・じゃがいも・玉ねぎ・にん じん・パセリ・小麦粉・バター・サラダ 油・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミ ルク・鶏がらスープ)(ハンバーグ(牛 肉・豚肉・乳・小麦・大豆・卵 含む)・菜種油/片栗粉)(スライ スチーズ(乳含む))	(精白米)(鮭・豆腐・じゃがい も・にんじん・大根・こんにゃ く・長ねぎ・むろあじ・昆 布)(豚肉・しょうが・片栗粉・ 菜種油・たけのこ・にんじん・ ピーマン・サラダ油・ごま油・トバン ジャン・ごま)	(ソフトラーメン/豚肉・玉ねぎ・にん じん・しょうが・にんにく・しろ ごま・みそ・ごま油・トバンジャ ン・もやし・玉ねぎ・メンマ・にん じん・サラダ油・ほうれん草・長ね ぎ・バター・コーン・鳥がら・豚骨・ 煮干し)(冷凍ポテト・菜種油・ きなこ)	(胚芽精米・大麦・鶏がらス ープ・鶏肉・しょうが・玉ねぎ・サ ラダ油)(厚揚げ・小松菜・たも ぎたけ・むろあじ・昆布・み そ)(ほっけ・小麦粉・卵・オートミ ール・パン粉・菜種油)
27日 豚すき丼 みそ汁 りんご	28日 角食・ブルーベリージャム キャロットポタージュ 十勝大豆コロッケ ミニトマト	29日 ごはん 豆腐の中華煮(えび入り) 揚げポークしゅうまい ナムル	30日 パスタミートソース オニオンチップサラダ	31日 チキンウインナーライス 高野豆腐のフライ ベビーパイン缶詰
(精白米/豚肉・しらたき・玉ね ぎ・たけのこ・たもぎたけ・ほう れん草)(白菜・油揚げ・むろ あじ・昆布・みそ)	(小麦粉・脱脂粉乳・卵/ブル ベリージャム)(パン・玉ねぎ・に んじん・じゃがいも・パセリ・小 麦粉・バター・サラダ油・チーズ・スキ ムミルク・牛乳・豆乳・鶏がらス ープ)(十勝大豆コロッケ(小麦・大 豆含む)・菜種油)	(精白米)(豆腐・豚肉・えび・ にんじん・玉ねぎ・たけのこ・ 干しいたけ・きくらげ・しょう が・にんにく・サラダ油・ごま油・ 片栗粉)(ポークしゅうまい(小 麦・大豆・豚肉・牛肉含む)・ 菜種油)(小松菜・もやし・に んじん・ごま油・ごま)	(ソフトパスタ/豚肉・大豆水煮・ 玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・セ ロリ・にんにく・サラダ油・パセリ・ 小麦粉・ケチャップ・トマトピューレ・ト マト缶詰・デミグラスソース・鶏がら スープ)(ラム・キャベツ・きゅうり・コー ン・玉ねぎ・片栗粉・菜種油・ご ま)	(胚芽精米・大麦・バター・トマ トピューレ・カットチキンウインナー(鶏肉・ 豚肉含む)・玉ねぎ・にんじん・ マッシュルーム・グリーンピース・サラダ油・ ケチャップ)(高野豆腐・小麦粉・ すりごま・ごま・卵・パン粉・菜 種油)

第46回学校給食展のお知らせ

日時：令和7年10月11日(土)

11:00~18:00

場所：札幌駅前通地下歩行空間(チ・カ・ホ)

憩いの空間 北1条東

(出入口7番と9番出入口の間)

内容：●写真・パネル展示 ●食器の移り変わり

●給食の実物展示

●給食についてのVTR放映

●給食レシピの配布

●札幌市学校給食会共催による

パネル展示・パンフレットなどの配布

●札幌市農業振興協議会によるパネル展示



10月7日(火)は清田
区産のほうれん草「ポー
ラスター」を、10月28日
(火)の給食では地球環
境等に配慮したクリーン
農業である YES!clean
の認証を受けたにんじん
を給食で使います。

