



きゅうしょくにゅーす

給食の時間をふりがえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備 することができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに 盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することが できた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事の とり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物が わかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って 食べることができた 

今日からチャレンジ ごみを減らそう

持続可能な社会のために、食べ残しをしない、レジ袋をもらわないなど、ごみを減らす工夫を考えて取り組みましょう。



※お知らせ※

令和4年4月より、はし（またはスプーン）は給食センターで準備します。ゼリーなどの時は紙スプーンが付きまます。そのため毎日はケースを持ってくる必要はありません。

給食白衣についても、4月より、一人一着賞与という形になります。今あるものに補充するため、今まで使っていたものと新しいものが混在します。ご理解いただきますようお願いいたします。

日本の1年間の食品ロス 約643万 トン

日本の食品ロスは1年間で約643万トン（平成28年度推計値）です。食品メーカーや飲食店などからは約352万トンが、一般家庭からは約291万トンが発生しています。日本は多くの食べ物を輸入していますが、その一方で、大量の食べ物を捨てているのです。

※平成28年度の推計値です。毎年の食品ロスの推計値は農林水産省・環境省から公表されます。

食品メーカー
などの食品ロス
約352万トン



家庭の
食品ロス
約291万トン



世界の食料援助量よりも多い！

2017年の世界の食料援助量は約380万トンでした。つまり日本では、世界の食料援助量よりも多い食べ物が捨てられています。



レッツ クッキング

給食思い出アンケートで、知りたいレシピとして多かったココア揚げパンとドライカレーライスを紹介します。ぜひ子どもと一緒に作って、おうちでも給食の味を楽しんでくださいね。

ココア揚げパン

- 材料（4人分）
- コッペパン 4本
 - 揚げ油 適量
 - グラニュー糖 40g
 - ピュアココア 15g

- 作り方
- ボウルにグラニュー糖とピュアココアを混ぜておく。
 - コッペパンは高温の油で、約30秒、裏返しながら揚げる。
 - 表面の色が変わったら取り出し、熱いうちに、①をまぶしてできあがり！

- ★油は新しい油を使う
- ★ミルクココアでもOK
- ★きなこや砂糖だけの揚げパンもおすすめ

ドライカレーライス

作り方

- 材料（4人分）
- ごはん 4杯
 - 油 小さじ1
 - にんにく 少々
 - しょうが 少々
 - 豚ひき肉 160g
 - 玉ねぎ 小1個
 - にんじん 1/2本
 - グリーンピース 20g
 - 大豆 40g
 - レーズン 20g
 - ケチャップ 20g
 - デミグラスソース 10g
 - ウスターソース 少々
 - しょうゆ 小さじ1/2
 - カレー粉 3g
 - 塩 3g

- にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、レーズンはみじん切りにする。（大豆はそのままで、みじん切りでもOK）
- 鍋ににんにく、しょうがを熱し、豚ひき肉を炒める。
- 豚ひき肉に火が通ったら、玉ねぎをしんなりするまで炒め、にんじんも加え火が通るまで炒める。
- 次に大豆、レーズン、調味料を入れ、水分がなくなるくらいまで中火で炒め、グリーンピースを加える。
- 皿にごはん、ドライカレーを盛り付けてできあがり！

- ★余ったデミグラスソースは小分けにして冷凍可
- ★ウスターソースは中濃ソースでもOK