ほほえみだより

令和8年10月号

松伏町学校給食センター　TEL992－2161　FAX992－3192（292号）

１０月になり、暑さが少しやわらぐ季節となりました。１０月は「食品ロス削減月間」、１０月３０日は「食品ロス削減の日」です。食品ロスは世界中で問題になっていて、削減の取り組みが進められています。

この機会に一人ひとりが出来る事を考えてみましょう。



「食品ロス」とは？



みなさんは「食品ロス」という言葉を知っていますか？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。日本では毎日たくさんの食べ物が捨てられてしまっているのが現状です。お家でも食品ロスを少しでも削減できるように意識してみましょう。

- ☑ 買い物に行く前に冷蔵庫の中身をチェックする
- ☑ 野菜の皮はむきすぎず、食べられるところは使い切る
- ☑ 「賞味期限（おいしく食べられる期限）」と「消費期限（安全に食べられる期限）」の違いを知る

食べものに、もったいないを、もういちど。
NO-FOODLOSS PROJECT

「給食センター」の取り組み





松伏町の給食センターでも食品ロス削減の取り組みを行っています。

◆必要な食品のみ発注・・・学校行事を早めに把握することで、計画的に無駄のない発注を行っています。

◆献立の工夫・・・和食・洋食・中華の組み合わせや味付け、切り方や彩り、調理方法を工夫して栄養バランスの良い給食を心がけています。

◆残食の確認・・・毎日どのくらい給食が残ったかを把握し、子ども達が食べやすくなるように味や量の検討を重ね、残食が減るように努めています。

給食レシピ紹介





今が旬です！！

「さといものそぼろ煮」



（材料）・・・４人分

・さといも	400ｇ	
・鶏ひき肉	80ｇ	
・サラダ油	小さじ１	
・砂糖	大さじ１	(A)
・しょうゆ	大さじ２	
・みりん	大さじ１	
・料理酒	大さじ１	
・和風だし（顆粒）	小さじ１	
・水	300ml～400ｍｌ	
・片栗粉	大さじ１	（B）とろみ付け用
・水	大さじ２	

（作り方）

①さといもの皮をむき大きいものは１/２にカットしておく。
②お鍋に油をひき、鶏ひき肉を炒める。
③さといもを入れ軽く炒め、ひたひたの水（300～400ｍｌ）を加える。
④ひと煮立ちしたら（A）を加え 10～15分煮る
⑤（B）でとろみを付けて出来上がり



２２日（木）の給食では豚ひき肉を使用してこってりした煮物を提供予定です。サラダ油の代わりにごま油を使用してもコクが出て美味しいです。また、彩りに万能ねぎやグリンピースを加えると見た目もきれいです。