



4月給食だより

令和3年4月8日

陸別町給食センター

学校給食について

ご入学・ご進級おめでとうございます。

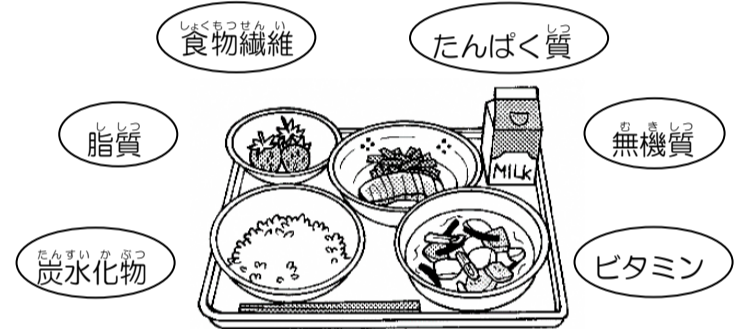
学校給食は食に関する知識や実践力を身につけるために、大切な教材となります。学校給食法では具体的に7つの目標が定められており、これらの目標や栄養素の摂取基準に基づいて献立を作成しています。

学校給食の目標

- 健康な体をつくる**
- 望ましい食生活のお手本になる**
- 助け合い、協力し合う社会性を身につける**
- 働くことを尊び、感謝する心を育てる**
- 地域の食文化を知り、未来に伝える**
- 食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く**
- 自然の恵みに感謝する心を育てる**

学校給食の献立内容について

学校給食では「児童又は生徒一回当たりの学校給食摂取基準」に基づいて、1日に必要な栄養素の1/3～1/2がとれるように献立を作成しています。また、「給食だより」は食卓での話題のひとつや、朝夕の食事と重ならないよう、献立の参考にご活用ください。



「食品ロス」…食べ物を無駄にしていますか？

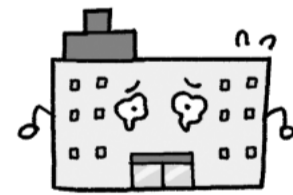
「食品ロス」とは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では1年間で600万トンを超える量が発生しています。つまり国民1人当たり換算すると、**毎日お茶わん1杯分の食べ物を捨てている**こととなります。



● 約半分が家庭から捨てられている ●

平成29年度の推計値（農水省）によると、合計612万トンの食品ロスのうち

一般家庭から発生した分は284万トンで、5割近くを占めていることがわかっています。



事業系食品ロス

54%

家庭系食品ロス

46%

「事業系食品ロス」とは、食品メーカーや小売店、飲食店などを対象とし、過剰生産、売れ残りや消費期限が過ぎたもの、飲食店での食べ残しなどをいいます。

● 食品ロスを減らすためにできること ●



食材は、必要なものを使い切れる分だけ買うように心がけましょう。

できるだけ消費期限や賞味期限が近いものを選ぶ意識をもちましょう。



家族が食べ切れる量を考えて、料理をつくりましょう。

冷蔵庫や食品棚は常に整理整頓を心がけ、保存している食品を「見える化」しましょう。



余った食材を使い切る日を設けるなど、食材を捨てない工夫をしましょう。

