



10月給食だより

れいわ ねん がつ にち
令和4年9月30日

りくべつちようきゆうしよく
陸別町給食センター

ちさんちしょう 地産地消について

自分たちが住んでいる地域で生産された食材を「地場産物」といいます。また、地場産物をその地域で消費することを「地産地消」といいます。地場産物は生産者の顔が見えるので安心して買えます。また、遠くから輸送せず新鮮な状態で手に入り、環境への負担も減らせます。

にほん じきゅうりつ 日本の自給率は

やく 約 37%



しょくりよう じきゅうりつ あ 食料自給率を上げるためにできること



しゅん た もの えら
旬の食べ物を選ぶ



じもと しょくざい た
地元の食材を食べる
ちさんちしょう
地産地消



ちゅうしん
ごはん中心のバランス
のよい食事をする



た のこ へ
食べ残しを減らす

食料自給率とは、その国で食べている食料のうち、どのくらいが国内でまかなえているかをあらわす割合です。日本は多くの食べ物を外国から輸入していて、食料自給率は約37%（カロリーベース）しかありません。万が一輸入がストップするような事態が起こると、私たちの食生活は成り立たなくなってしまいます。そのため、地域で作られているもの、国産のものを大切にしていくなるといえます。

しょくいく じょう しゅうかくたいけん じっし 食育ほ場で収穫体験を実施しました

今年度も給食センターの食育ほ場で、保育所の園児と小学1・2年生が「じゃがいも・玉ねぎ・人参・とうもろこし」の収穫体験を行いました。今年度は雨が多く土が固いため、子どもたちは苦戦しながらの収穫作業となりましたが、楽しんでいる様子も見えました。畑では、たくさんの虫がいることや形が異なる作物があることなどを、実際に見たり触ったりすることで作物に関心を高められたと思います。収穫した作物は給食に使用しております。8月31日に「ゆでとうもろこし」、9月12日に「とうもろこしごはん」を提供しました。



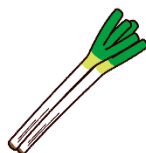
たくさん収穫できました！



☆★☆ 献立のお知らせ ☆★☆

6日：鶏南蛮うどん

給食センターのほ場でとれた長ねぎを一度オーブンで加熱し、甘味を引き出したうどんです。長ねぎの緑の部分にはビタミンCが豊富で風邪予防に効果的な食べ物です。



12日：あずきぜんざい

北海道の事業で、無償で給食に提供していただくものです。小中学生対象の事業ですので、保育所の園児は代替メニューにゼリーを提供します。

