＊＊

きゅうしょくだより

令和８年（２０２６年）　１０月号　　吹田市教育委員会

小学校給食
予定献立表はこちら

＊＊



気持ちのよい秋空が広がる季節になりました。秋は、「食欲の秋」といわれるように、今が旬のおいしい食べ物がたくさんあります。
実りの秋に感謝して、秋の味覚を楽しみましょう。

好ききらいなく食べよう

食べものは、それぞれ大切な働きをしています。好ききらいをしていると、栄養がかたよって病気にかかりやすくなったり、なおりにくくなります。なんでも食べてじょうぶな体をつくりましょう。

好ききらいをなくす工夫

☆まずは一口食べてみよう





☆みんなで一緒に食べよう

☆旬のものを食べよう



☆自分で野菜を育てたり料理をつくってみよう







☆お腹をすかせてから食べよう

10月は「食品ロス削減月間」です

日本の食品ロスは年間461万トン（令和6年度調べ）

食品ロスとは、本来食べられるのに、さまざまな理由で捨てられてしまう食品のことをいいます。日本では、年間461万トンの食品が捨てられています。
これは、国民ひとりあたり

1年間で約37Kgになります。

1日あたりにすると、約102ｇ（おにぎり一個分）の食べものを捨てていることになります。



食品ロスが増えると、ごみの処理にたくさんお金がかかります。
また、可燃ごみとして燃やすことでＣＯ２の排出量が増えるので、環境にもよくありません。食品ロスを減らすために、できることからやってみましょう。

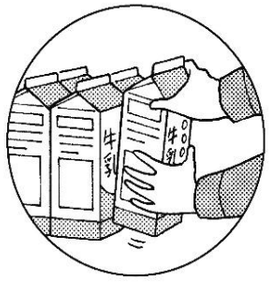
今日からできる食品ロスを減らす方法

一人ひとりの行動が大きな削減につながります。身近なことから始めてみましょう。

給食を残さずに食べる



すぐに使うなら、手前の商品を買う



必要な分だけ買う



期限表示を正しく理解する

