



# 給食たより

令和8年度 10月号

調布市立第四中学校

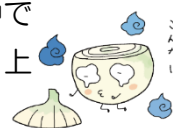
秋が深まり、朝夕は肌寒さを感じる季節となりました。食欲の秋を迎え、成長期の皆さんにとって、毎日の食事は心と体を支える大切な力です。給食でも旬の食材を取り入れ、食べることの大切さや食への感謝を感じられる献立をお届けします。今月は「世界食料デー」に合わせて、食品ロスについても紹介します。

## 10月16日は世界食料デー

「世界食料デー」とは、国連が定めた「世界の食料問題を考える日」です。もっとも重要な基本的人権「食料への権利」を現実のものにし、世界に広がる飢餓・貧困・栄養不良等の問題を解決することを目的としています。

## 食品ロスとは？

「まだ食べられるのににもかかわらず、捨てられてしまう食品」のことを食品ロスと言います。令和6年度には約461万トンの食品ロスが発生しており、そのうちの半分以上が家庭から出た食品ロスです。この数値は、世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた食糧支援を大きく上回る数です。



## 家庭・企業でできる食品ロス対策

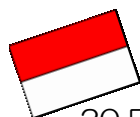


### 家庭での取組例

- ・食材を使いきる  
例：皮や茎も料理に使用  
皮は薄くむく  
食材の買いすぎを防ぐ
- ・食材は「先入先出」を心がける
- ・料理の作り過ぎや、期限内に食べきる工夫  
例：食材にあった保存方法や冷凍で食材を長持ちさせる

### 企業での取組例

- ・規格外商品を「ふそろい品」としてアウトレットなどで販売
- ・工場から出る廃棄物を活用した、新たな資源や食品づくり  
例：ワイン製造時に出るブドウの搾りカスを活用したジャム
- ・食べきれなかった料理の持ち帰り運動



## 10月の献立紹介

20日(火)はインドネシア献立です。主食の「ナシゴレン」はインドネシア風のチャーハンのような料理で、「ソトアヤム」は具だくさんのチキンスープ、「ピザンゴレン」はバナナを揚げたデザートです。お楽しみに！



## 今月の木島平産・地場産食材

### <木島平産食材>

米、野沢菜、えのき、しめじ、なめこ、りんご

### <地場産食材>

里芋



## ～ お知らせ ～

- 1日(木)：2年生はTGGのため、給食はありません。
- 2日(金)：1年生は校外学習のため、給食はありません。
- 9日(金)：3年生は修学旅行のため、給食はありません。
- 13日(火)：3年生は振替休業日のため給食はありません。
- 19日(月)：調理校の若葉小学校が振替休業日のため、給食はありません。お弁当を持参してください。
- 22日(木)：合唱コンクールのため給食はありません。

お弁当を持参してください。

