



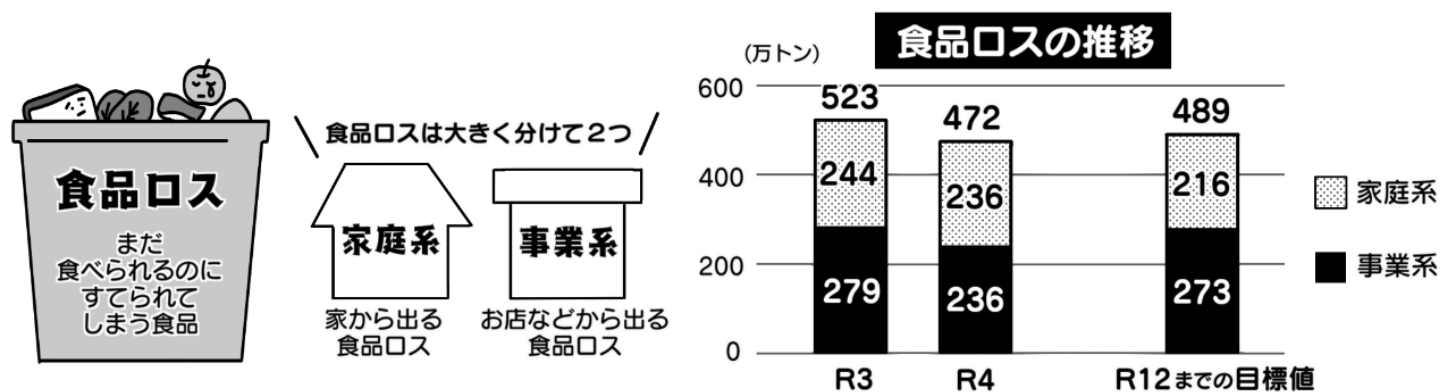
令和7年9月30日(月)
豊島区立朝日小学校
校長 大島 史絵
栄養士 ■ ■ ・ ■ ■

暦の上では、もう秋ですが、9月は真夏日が続く、10月も例年より気温が高い日が続くと予想されています。それでも最近、朝晩は涼しくなり、少しずつ秋を感じるようになってきました。10月は、秋の深まりを感じる季節です。「読書の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」など、「〇〇の秋」という言葉があります。みなさんは、どのような秋にしたいでしょうか？

給食では秋の味覚をたくさん取り入れていきますので、秋の味覚を楽しみましょう。

10月30日は食品ロス削減の日です

10月は「食品ロス削減月間」です。食品ロスについて知り、どんな行動ができるか考えてみましょう！



日本で発生している食品ロスは、472万トン。この量は、国民一人あたりが、ごはんを毎日103g、1年間だと約38 kg捨てている計算になる量です。実は、この食品ロスの量は、前年度よりも約50万トン減少し、事業者（家庭以外）から排出される量は、目標量を達成しました。しかし、まだ多くの食べ物が捨てられています。

むだにしない、いたくない減らそう食品ロス



【今月の給食】

10月10日（金）目の愛護デー給食

10月10日は、目を大切にする日「目の愛護デー」とされています。給食では、目の健康を維持する働きがある「ビタミンA（β-カロテン）」を豊富に含む、かぼちゃを使った「かぼちゃのクロック」を提供します。給食を通じて、目の健康について考えるきっかけしましょう。

ブックメニュー給食

10月16日（木）「ラッキーカレー」より、カツがのった「ラッキーカレー」。

10月24日（金）「はれときどきブタ」より、「えんぴつあげ」。

10月、11月は読書月間です。そこで図書委員会と相談し、本を題材にした「ブックメニュー」を給食で提供します。給食放送では、図書委員会から、本の紹介してもらいます。また、学校図書館では、本の展示、貸し出しをします。給食を通して、様々な本とふれ合うきっかけになればと思います。

10月6日（月）十五夜献立

十五夜は、秋の美しい月を見ながら秋の収穫に感謝する行事で、別名「中秋の名月」とも言われています。また、十五夜には、お月見団子、すすき、里芋などの収穫物をお供えする習慣があります。そこで給食では、里芋やかぼちゃ、きのこなどの秋の食材をたくさん入れた「ごまみそうどん」を提供します。給食を通して、季節を感じましょう。

【給食用食材の主な産地（9月分）】

食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
米	秋田県	豆腐	佐賀県	にんじん	北海道	にら	茨城県
黒米	宮城県	こんにゃく	群馬県	だいこん		瀬戸ジャイアンツ	愛媛県
鶏肉	宮崎県	キャバツ		じゃがいも		巨峰	山梨県
豚肉	茨城県	ほうれんそう	青森県	こまつな	埼玉県	梨	福島県
	群馬県	きゅうり		黒豆もやし	栃木県		
しらす	和歌山県	にんにく		たまねぎ	兵庫県		
鮭	北海道	ながねぎ		えのき	長野県		
大豆		ごぼう		こねぎ	千葉県		
たまご	青森県	菊		ピーマン	東京都		