

# 給食だより 11月

足元を踊る色とりどりの落ち葉や風の冷たさに晩秋の訪れを感じるようになりました。“食欲の秋”になりましたが、食べ過ぎや、作りすぎて残してしまうことはフードロスにつながります。今回は“SDGs(えすでいーじーず)”について考えてみましょう。

## 減らそう！フードロス！こんなものが捨てられています

**生産**

- ・台風で収穫前に落ちた果物
- ・少し傷のついた魚
- ・形の悪い野菜



**流通**

- ・食べ残し
- ・賞味期限が近い
- ・仕込み過ぎの食材



**加工**

- ・形を整えると切り落とされる食材
- ・印刷のかすれ
- ・移動時の箱のつぶれ



**消費**

- ・買いすぎ
- ・賞味期限切れ
- ・食べ残し



本来は食べることができたはずの食品が日本では年間 642 万トン捨てられ、これは世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食糧援助 420 万トンの 1.4 倍に相当します。

まずはお家でできる、買いすぎ、期限切れ、食べ残しから見直してみませんか？

**くいず**

すずのおとをきこうとしない、あきのむしってなーんだ??



こたえはみぎした！

**SDGsとは**

教育、環境、資源など世界が抱える問題を 2030 年までに国はもちろん、企業や地域、個人レベルで考え、目標を達成しようという国連で採択された取り組みです。



### 給食レシピ

#### ～鶏のコンソメ焼き～




○材料(大人 2 人子ども 2 人)

鶏肉・・・2 枚(400g 程度)  
 しお・・・・・・・・小さじ 1  
 こしょう・・・・・・・・適量  
 酒・・・・・・・・大さじ 2  
 オリーブ油・・・・・・・・大さじ 1  
 コンソメキューブ・・・・2 個  
 乾燥パセリ・・・・・・・・適量  
 焼き油・・・・・・・・適量

- ① コンソメは細かく砕いておく。
- ② 鶏肉は食べやすい大きさに切り、袋に入れる。
- ③ A の調味料を②の袋に入れて揉み、15 分ほど漬けておく。
- ④ フライパンを熱し、焼き油を入れ鶏肉に火が通るまで焼く。

給食ではマカロニサラダ、ミネストローネと一緒に提供します。

11月2日は“新米”です!!

「かぶと米」とはみなさんの住んでいる海部東部で作られているお米で「あいちのかおり」という品種です。海部東農業協同組合(JA 海部東)から、『あま市のこどもたちに「かぶと米」を知ってほしい、食べてほしい!』ということで、平成24年度から毎年新米をいただいています。あま市のお米をしっかりと味わい、感謝して残さず食べましょう。

もちろん、給食に使用されているお米はすべて“かぶと米”です!



11月26日(金) 世界の献立「ガーナの献立」

**「ジョロフライス」**

ガーナで家庭の味といえばこの『ジョロフライス』。お米と鶏肉や牛肉、野菜をトマトベースでピラフのように炊き込みます。唐辛子などスパイスも入るので少し辛みのあるごはんです。給食ではごはんと混ぜて食べてください。

**「オクロスープ」**

保育園でも作る“オクラ”。実は原産国はアフリカです。ガーナでも一年中栽培されています。ガーナで呼ばれる『オクロ』がなまり日本では“オクラ”と呼ばれるようになったという説もあります。

### 11月の「しゅん」のやさしいくだもの



かぼちゃ      さといも      にんじん      ようなし      かき