

家庭数

給食だより10月

2025 年 9 月 29 日

町田市立成瀬台小学校

校長 奥 明廣

栄養士 水谷 麻香

今年の夏は暑い日が続きました。まだ暑い日もありますが、少しずつ秋の空気がひろがってきています。秋は実りの秋や味覚の秋といわれるようにたくさんの旬の食べ物があります。旬の食べ物はおいしく、栄養価も高いです。給食でも旬の食材を使って季節を感じてもらえるような献立にしていきたいと思います。

旬の味
秋野菜を
食べよう

秋に
おいしい
野菜

さつまいも

さといも

れんこん

きのこ類

にんじん

じゃがいも

みょうが

なす

ごぼう

かぼちゃ

チンゲン菜

秋は新米をはじめ、多くの作物が収穫される実りの季節です。夏から冬へと気候が変化するため、9～10月には秋野菜が楽しめ、11月には冬野菜が出回り始めます。
きのこ類の多くは人工的に栽培されているので1年中店頭に並んでいますが、天然のきのこがとれるのは、梅雨の時期と気温が低下する秋です。高級食材の「マツタケ」は栽培することができず天然ものしかないため、秋の味覚の代表です。

○9月の産地は以下の通りでした。

米	秋田県産 あきたこまち				
野菜、果物、肉など					
キャベツ	長野、群馬	いんげん	青森	もやし	栃木
にんじん	北海道	なす	町田	白菜	長野
小松菜	東京	しょうが	高知	にんにく	青森
バジル	愛知	きゅうり	福島	ほうれん草	東京
たまねぎ	北海道	じゃがいも	北海道	えのき	長野
さつまいも	千葉	パセリ	長野、	ピーマン	茨城
にら	茨城	しめじ	長野	赤パプリカ	北海道
ねぎ	青森、	ごぼう	青森	セロリ	長野
大根	北海道	里芋	千葉	梨	福島
豚肉	群馬、神奈川	鶏肉	岩手	卵	栃木
ベーコン・ウィンナー		町田、神奈川、九州産の豚肉使用。独逸屋さんのもの			
さば	ノルウェー	いか	ペルー	銀鮭	チリ
ししゃも	ノルウェー				
牛乳	北海道、青森、岩手、宮城、埼玉、栃木、群馬、千葉、山形、神奈川、静岡、福島、愛知、三重				

《おしらせ》

◆給食試食会を行いました

9月18日・19日の2日間で70名の保護者の方にご参加いただきました。学校給食の役割や栄養面についてなどお話をさせていただきました。アンケートではご意見等たくさんのお言葉をいただき、今後の学校給食に役立てたいと思っております。また、PTAの校内活動委員会の皆様にはご準備等していただきました。誠にありがとうございました。

◆学年の行事予定をご確認ください

16日（木）は1年生が生活科見学・17日（金）は4年生が社会科見学・28日（火）は3年生が社会科見学で給食の提供はありません。

◆ホームページで給食の写真を掲載しています

毎日の給食をホームページに載せています。団らんの時間など給食の話をする時にご覧ください。

10月16日は世界食糧デーです



たくさんの食品が捨てられている「食品ロス」

世界中で飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量は、年間370万トン(2023年)です。一方、日本の食品ロスの量は、年間464万トン(2023年度)ですが、これは食料支援量の約1.3倍になります。一人ひとりができるところから、食品ロス対策を始めていくことが大切です。

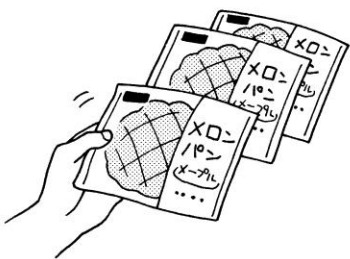
身近なところから始める食品ロス対策

家にある食材をチェック



事前のチェックで、無駄な買い物を防げます。

すぐ食べる時は手前から



棚の手前にある、期限の近いものを取ります。

賞味期限は過ぎても食べられる



すぐに食べられなくなるわけではないので、おとなと相談してから食べましょう。