

# 10月 給食だより

沼田学校給食センター  
TEL 25-3762

朝夕涼しくなり、実りの秋を迎えました。「食欲の秋」とも言われるように、秋はおいしい食べものがたくさん出回ります。給食でも季節の食べもの、群馬県産の食べものをたくさん出しています。お楽しみに！

## 10月の目標・・・・・・・・・・・・・・ 地域の食材・郷土料理を知ろう



毎年10月23日は「学校給食ぐんまの日」です。

「学校給食ぐんまの日」は、給食に県内産の農畜産物を使うことで、群馬県の豊かな自然のめぐみに感謝し、ふるさとのよさを感じてほしいと願いつくられました。

群馬県は水資源に恵まれ、秋から冬にかけての日照時間は日本一です。標高 10m から 1400m の間に農地が広がり、野菜や食肉などさまざまな食材が作られています。その新鮮な食材は高速道路網の整備によって、群馬県内だけでなく大都市へも供給されています。

### ～ 生産量全国5位以内の群馬県の食材 (平成30年度) ～

全国順位	品目名
1位	キャベツ、こんにゃく、いも、えだまめ
2位	きゅうり・ふき・うめ
3位	ほうれん草・なす・レタス・白菜
4位	小麦・スイートコーン・ねぎ ・しゅんぎく・豚肉・生乳
5位	やまのいも・こまつな・ちんげんさい・にら ・生しいたけ・まいたけ



### 9・10月使用の 地場産物

米、牛乳、キャベツ、  
にら、ねぎ、なす、  
ごぼう、だいこん、  
たまねぎ、こんにゃく、  
とり肉、ぶた肉

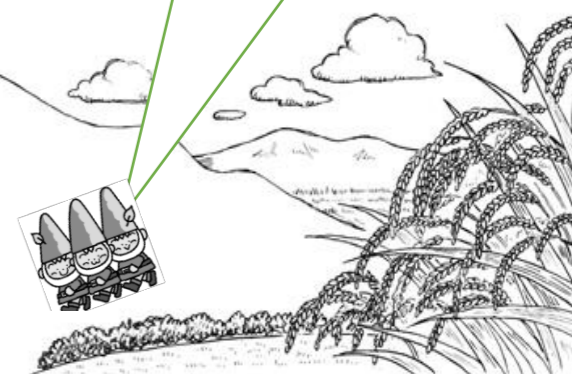


給食の牛乳は 100%群馬県産です。この牛乳には多くの人に群馬県の農産物を知ってもらい、食べてもらいたいという意味をこめて「GUNMA QUALITY」(群馬クオリティ)のシンボルマークがついています。このマークは群馬県が自信を持っておすすめする県産品である印です。お店でこのマークのついている商品を見つけたらぜひ手に取って見てください。

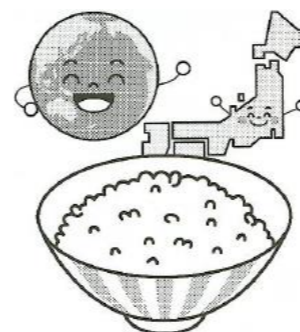
### 地産地消について

学校給食では地域でとれた食材「地場産物」をなるべく多く使い、「地産地消」に努めています。地産地消には、生産者が近くにいるため「顔が見える」「話ができる」などの良い点があります。また、なぜこの地域で作られるようになったのかを考えることで、地域の自然や歴史を知ることにもつながります。

沼田はおいしいものがいっぱい！  
いいところだなー♪



### 食品ロスについて考えよう！



10月16日(金)は「世界食糧デー」です。私たちが普段食べている食糧の問題について、理解を深めるために定められました。

身近な食糧問題として食品ロスがあげられます。日本の食品ロス量は年間 612 万トンで、一人あたり年間約 48kg(平成 29 年度推計値)も捨てていることとなります。食べ物は「食べれば栄養、捨てればゴミ」です。捨てるだけでなく、処理するための燃料や燃料を買う費用が増えるため、環境にとっても良くないばかりか、私たちの負担も増えることとなります。

今月は食品ロス削減と食べ物に感謝する心を育むため、ご家庭で次のようなことにチャレンジしてみてください。

- ① 必要のない買い置きはしない。
- ② おなかがすいているときに買い物に行かない。
- ③ 食べきれぬ量を作る。食べる量だけを盛りつける。
- ④ テーブルの準備を手伝わせたり、食器を選ばせたりして子どもに積極的に食事の用意に関わってもらおう。
- ⑤ 子どもが苦手な食べ物を大人がおいしそうに食べてみせる、一口でも食べられたら大いにほめるなど、好き嫌いを改善する。



### コンソメが変わりました！



2学期から乳成分を含まないコンソメに変更しました。これまでアレルギーのためスープが飲めなかった子どもたちもみんなと同じスープが飲めるようになりました。