



食べ物を大切にしよう



みなさんは、給食を残さずに食べていますか？

苦手な食べ物や味つけだったり、準備に時間がかかって食べる時間が少なかったり、
 太りたくないからなど、さまざまな理由で残している人がいるのではないのでしょうか。
 しかし、一人が残す量がたった一口分だったとしても、それが集まれば
 たくさんの量になります。給食は、成長期にある皆さんの
 健康や発達のために、栄養バランスを考えて作られています。

また、給食ができるまでには多くの人や物が関わっています。

感謝の気持ちを忘れずに、食べられる人は、

なるべく残さず食べるよう心がけましょう。

ただし、食べられない理由は人それぞれです。

決して、周りの人に食べることを無理強いすることのないようにしましょう。

10月

食品ロス削減月間



10/30 食品ロス削減の日

地球に優しい食生活を！

保護者の方へ

食品ロスを減らすコツ

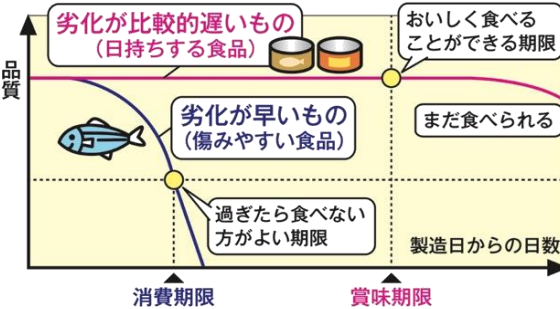
家にある食材・食品を
 チェックし、使い切れる
 分だけ買う。



すぐに使うなら、消費期限・賞味期限の
 近いものを買う。



消費期限と賞味期限のイメージ



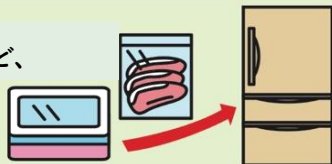
冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、
 何があるか把握しやすくする。



- ① 食品を種類ごとに分ける。
- ② それぞれの置く場所を決める。
- ③ 詰め過ぎず、フリースペースを作る。
- ④ ストックのルールを決める。



新鮮なうちに冷凍するなど、
 保存方法を工夫する。



在庫一掃の日を決めて、
 残った食材・食品を
 食べ切る。

