

朝夕、少し肌寒くなり秋の深まりを感じられるようになりました。秋は、スポーツの秋や読書の秋と運動や勉強に取り組むのによい季節です。また、おいしい食べ物が収穫される季節です。実りの秋、食欲の秋という言葉もあります。しっかり食事をとって色々な秋を楽しんでほしいです。

11月の献立について

○地産地消月間にちなんだ献立を多く取り入れました。

- ・はま菜ちゃん料理コンクール受賞献立（AZUMA 風大根スープ）
- ・神奈川県 of 郷土料理（けんちん汁）



○旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。

（さけ、さば、さつまいも、しめじ、こまつな、だいこん、はくさい、かき、みかん、りんご）

○横浜でとれた野菜を多く使用しています。

（キャベツ、ブロッコリー、さといも）



○4、5、6月の給食中止に使用予定だった物資を追加しています。

（プルーン発酵乳2回分）

○フェリス女子学院大学と共同で百人一首にちなんだ献立を取り入れました。

（緑園東小学校独自の献立です）

- ・11月25日（水） かきたま汁→たまごの汁物
- ・11月30日（金） あじのあんかけ→あじの竜田揚げ



小倉百人一首

フェリス女子学院大学の学生さんと協力して、かるたで有名な百人一首の世界を給食のメニューに取り入れしました。11月25日（水）と30日（月）に実施します。学生さんたちが工夫をこらして考えてくれました。給食を食べながら、豊かな日本文化やことばの世界を味わってください。



（25日献立）麦ごはん 牛乳 秋味ごはんの具 はくさいの煮びたし **たまごの汁物**

百人一首 第79番

秋風にたなびく雲の絶え間よりもれ出づる月の影のさやけさ

左京大夫顕輔

出典「新古今和歌集」

（句の意味について）

秋の風にたなびく雲のとぎれた間から、もれ出てくる月の光の、なんと明るく澄んでいることが

（献立について学生さんよりメッセージ）

参考文献「楽しく覚える！百人一首」

献立の卵の汁物はわかめで夜空を、そして卵で雲ときれいな月の光をモチーフにしています。秋のきれいな夜空を思い浮かべながら食べてください。みなさんの健康や今後の学習に役立てるよう、考えました。私たちの考えたメニューをきっかけに、百人一首や、日本の文化に興味を持ってもらえたら嬉しいです。





百人一首 第17番

ちはやぶる 神代も聞かず 竜田川 から紅に 水くるとは

在原業平朝臣

出典「古今和歌集」

(句の意味について)

ふじきなことの多かったという、神がみの世でも聞いたことがありません。紅葉が、竜田川の水を赤いしぼり染めにするなんて

参考文献「楽しく覚える!百人一首」

(献立について学生さんよりメッセージ)

給食の献立で百人一首を身近に感じてほしいです。一見むずかしい百人一首ですが、紅葉を想像しながら、「竜田川」と「竜田揚げ」のことは遊びを楽しんで食べてください。

「世界食料デー」月間


世界食料デー月間とは10月16日の世界食料デーをきっかけに、飢餓や食料問題について考える1か月です。今、世界ではすべての人が食べられるだけの食料は生産されているのに、9人に1人が十分に食べられていません。一方で私たちはたくさんの食べ物を輸入しながらムダにしている現状があります。私たちが毎日食べているものはどこからきているのか考えたり、作ってくれた人に感謝したり、食べ方について少し考える機会にしてください。

日本でまだ食べられるのに捨てられる食べ物 年間646万トン



食品ロス

食品ロスとは、食べ残し、大量に買ったけれど食べきれなかった食品や野菜の皮を厚くむき過ぎたものなど、本来食べられるのに廃棄される食品のことです。横浜市の家庭から出される燃やすごみの中には、年間約8万7,000トンもの食品ロスが含まれており、これは一人当たり年間約23キロになる量です。

食品ロス 23キロ =  × 約230個分
= 1万7000円/年/人

例えば、食品ロス23キロをおにぎりに換算すると約230個分です。さらに、食品ロス23キロをお金に換算してみると一人当たり年間約1万7,000円分もの食料が捨てられている計算になります。このように、食品ロスの問題には様々な「もったいない」が含まれています。



食品ロス削減国民運動キャラクター「ろすのん」



「ヨコハマ3R夢スリム！」マスコット イーオ

参考 横浜市資源循環局HP