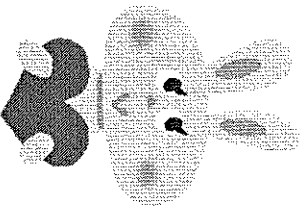


2月 予定献立表

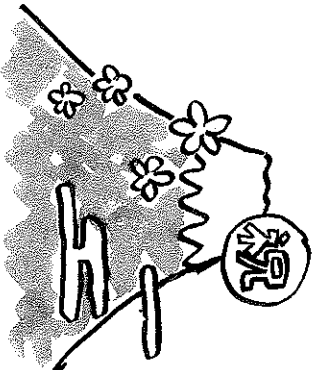


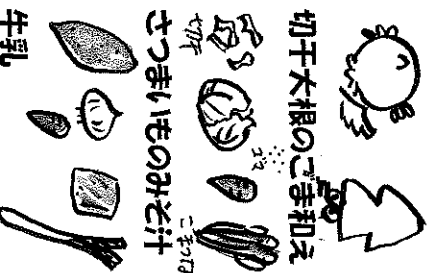

2月献立前半
令和2年2月21日
峰山学園峰山中学校

中学生の栄養摂取量の基準

エネルギー：820kcal
たんぱく質：30.0g



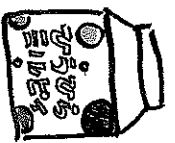
2月も早いもので半分が終わりました。
冬野菜もそろそろ終わりを迎え春の野菜とハトソタツチしていきます。京丹後市産の白菜や大根、にんじんが食べられるのもまもなく終わりです。
ふきのとうがもう顔を出しているそうですよ。春の足音が感じられますね。

24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
<p>天皇誕生日 の振替休日</p> 	<p>期末テスト 25日 全学年テスト 26日 全学年テスト 27日 1、2年のみテスト</p> 	<p>☆ 3年生だけの 給食です。 お楽しみに!</p> 	<p>主食 エネルギー：812kcal たんぱく質：32.9g</p>	<p>主食 エネルギー：856kcal たんぱく質：33.0g</p>
		<p>主菜 [セレクト主菜] ササミの甘辛からめ もしくは イカのからあげ</p> 	<p>主菜 高野豆腐の卵とじ</p> 	
<p>セレクト飲み物 牛乳 ヒラヤコーヒー ヒラヤりんご ヒラヒラミルピイ</p>	<p>副菜 副菜 副菜</p>	<p>副菜 副菜 副菜</p>	<p>副菜 牛乳 副菜</p>	<p>主菜 牛乳 副菜</p>

※気象状況、物資価格等により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

27日、28日にセレクト給食を実施します！

セレクト飲み物
牛乳
ヒラヤコーヒー
ヒラヤりんご
ヒラヒラミルピイ



セレクト主菜
ササミの甘辛からめ
イカのからあげ



それぞれ1つを選んで
もらいます！

副菜の献立

- 1位 ポテトサラダ
 - 2位 サムル
 - 3位 磯香和え(のり和え)
 - 4位 ヲカロニサラダ
- ほうれんそうのおひたし

主菜の献立

- 1位 からあげ
- 2位 納豆みそ
- 3位 ハンバーグ

ごはんの献立

- 1位 きなこパン
- 2位 わかめごはん
- 3位 パン
- 4位 大豆ライス

汁の献立

- 1位 コーンポタージュ
- 2位 かきたま汁
- 3位 わかめスープ
- 4位 チリコンカン

デザート

- 1位 サイダーゼリー
 - 2位 フルーツポンチ
 - 3位 ケーキ
 - 4位 チョコケーキ
- ふかしもち

2月3月の献立にだいたいわれたいま
す。主菜のからあげはほとんどの人が
選んでおり、圧倒的人気でした。ふか
しいもちも結構人気だったので、時
期的に手に入らず...ごめんなさい

持続可能な地球を私たちが手で

「SDGs」という言葉を聞いたことがありますか？

国連で定められている 2030 年を目指した「持続可能な開発目標」のことです。最近テレビや新聞でもよく聞くようになってきました。「Sustainable Development Goals」からとった言葉です。
なぜこのような目標がたてられたのでしょうか？

70年代から世界各地で公害などの環境問題が深刻化し、「このままで地球は大丈夫なのか。」という議論が起きてきました。その後、研究が進み、人類は自然の「再生能力」を超え、地球が生産できる以上の資源を消費していることがわかってきました。その中で、未来の世代が必要とする資源を使い切ってしまうことなく、現在の世代の必要を満たす、「持続可能」という発想が生まれてきたのです。

気候変動やエネルギーなどの環境問題だけでなく、貧困問題などの全17個の目標が盛り込まれています。

「地球上の誰一人取り残さない」ということを理念に掲げています。

17個の目標うち、いくつか見てみよう。地球上で、地球環境に関係のない人なぞ一人もいけませんよ！

目標2 飢餓をゼロに

日本では食べられるのに捨てている食品は1年に約643万トン。飢えに苦しんでいる人たちが世界に8億人もいる中で、本当に困っている人に食料が行き届かない仕組みや、経済発展を優先した過剰な供給と消費の仕方を改善していくことが「食品ロス」を無くすために必要とされています。

私たちが、必要な量を購入し、賞味期限切れで食品を捨ててしまうことを無くしたり、食材を無駄なく使ったりすることで貢献できます。

目標12 つくる責任 つかう責任

今から30年ほどで地球の人口は現在の74億人から96億人になると言われています。その人口に達した場合、現在の生活スタイルを持続させるためには、地球が3つ必要になる計算です。

限られた資源を大切にするために、食料、衣料、エネルギーなど、私たちは5R※の実践を心がけましょう。

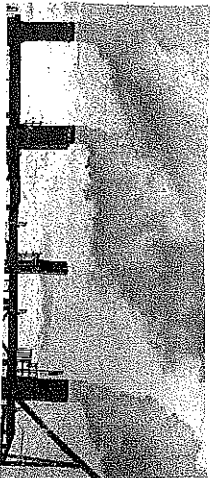


エコバッグを持つ人が増えれば。

目標13 気候変動に 具体的な対策を

ごみを燃やすなどの人間の活動によって、地球を温めるガス（二酸化炭素など）が空気中に出ます。

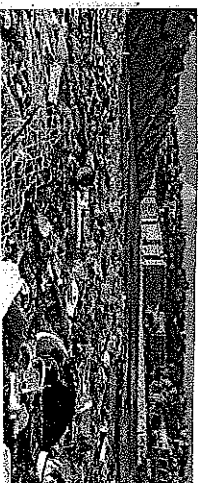
現在、天候の変化や海面水位の上昇、異常気象にいたるまで、気候変動は待たなしの問題です。2015年から、2019年までの5年間に排出された二酸化炭素量は、その前の5年と比べて20%上昇しています。燃やすごみを減らすことが大事です。



目標14 海の豊かさを守ろう

まず認識しておいてほしいのは、海の汚染の多くは陸上の人間の活動が原因だということです。昨今では海の汚染の原因としてプラスチックごみの投棄も大きな原因であると言われています。

現在、海にもれ出しているプラスチックの量は年間約1000万トン。このままでは2050年にはプラスチックの量が魚の量を超えてしまうとも言われています。



海にプラスチックごみ

※5R

Refuse 断る
Reduce 減らす
Reuse 再利用

断る
減らす
リサイクルショップ
リザーブ

Repair 修理
Recycle 再生利用

くつやかばん、服の修理
正しく分別して捨てる