



食育だより

令和7年度
第7号
京都府立舞鶴支援学校

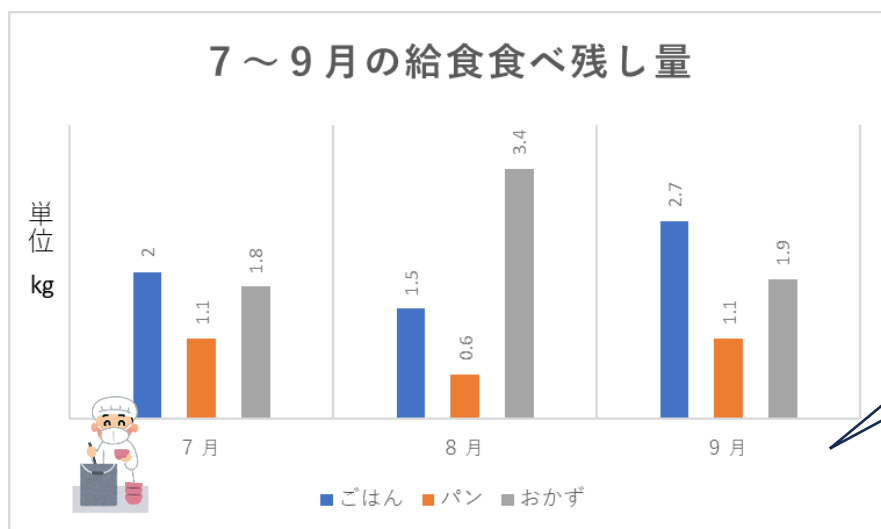
すっかり秋らしい季節になってきました。日中と朝晩の寒暖差が激しく、体調を崩しやすい季節でもあります。早寝早起きをして体調を整えることや栄養のある食事を摂ることなどに気を付け、元気に過ごしましょう！

また、涼しくなってきたり、旬のおいしい食べ物が増えたりして、食欲が増す時期です。食べ過ぎにも気を付けましょう。

10月は、食品ロス削減月間です！

10月は、「食品ロス削減月間」です。食べられるのに捨てられる食品のことを食品ロスと言います。日本では、食品ロスが年間で472万トン（令和4年度）発生しています。食べ物を無駄なく、大切に使い、食品ロスを減らしましょう。

この機会に、本校での給食の食べ残し量について調べてみました。結果は、以下の表です。



9月で一番食べ残し量の少なかった献立は、きなこ揚げパン・みかん入りフレンチサラダ・玉ねぎのスープでした。



※月の平均残食量を比較しています。

結果から、今年は気温の高い日が続いたため、9月に入っても主食類は食べにくい日が多かったように感じます。おかずについては、好みによって残食量にムラがありました。カレーや肉じゃが等食べ慣れた献立の日は、残食量がとても少なかったです。

今後も児童生徒にとって食べやすい献立や季節感のある行事食等の実施、自分自身に合った食事量を残さず食べる呼び掛け等、学校全体で食品ロスの削減を目指していきたいと思います。

今日からできる食品ロス削減のコツ！

1. 家にある食材を確認して、食べきれ分だけ買う。
2. 新鮮なうちに冷蔵庫に保管する等、保管方法を工夫する。
3. 消費期限・賞味期限の近いものから使う。
4. 冷蔵庫の中を整理する。



中学部

給食の様子紹介

毎日の楽しみ、給食！生徒たちが「おいしい」と声を上げながら味わっています。教室での配膳やランチルームでの当番活動も行っています。食缶を片付けたり、調理員さんに直接「ごちそうさまでした。」と伝えたりしています。

今回はそんな中学部の給食の様子を御紹介します。

