#### 月形学校給食センター 2025 年 10 月号



- ☆ 食材の都合等により、献立や材料の一部を変更することがあります。
- ☆『はし』は毎日、清潔なものを持ってきましょう。

i..\_..\_..

☆ 給食の前には、手洗いも忘れずに.



毎年10月は国が定める「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」です。食品ロスとは、まだ食べることができるのにゴミとして捨てられてしまう食品のことで、日本では年間で約464万トン※もの食品ロスが発生しています。この量を国民1人当たりに換算すると、お茶わん1杯分の食べ物を、毎日捨てていることになります。食品ロスを減らすために、できることから始めてみませんか?

※農林水産省・環境省「令和5年度推計」

### 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。

近いものを買う。

すぐに使うなら、消費期限・賞味期限の

消費期限と賞味期限のイメージ

(日持ちする食品)

劣化が早いもの

(傷みやすい食品)

過ぎたら食べない 方がよい期限

劣化が比較的遅いもの

消費期限



おいしく食べる

ことができる期限

まだ食べられる

製造日からの日数

たいできた。 冷蔵庫や食品庫の整理整頓をし、 なに 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詰めこみ過ぎず、フリ ースペースを作る。

④ストックのルールを

④ストック 流 決める。

新鮮なうちに冷凍す るなど、保存方法を くよう 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。



# 

## 秋を楽しむ心お月兇の行事

あき けはい かん ようやく暑さが和らぎ、秋の気配を感じるようになってきました。 昔 から、秋は1 むかし こよみ きゅうれき あき ま なか きせつ もっと つき 年のうちで 最 も月がきれいに見える季節とされ、 昔 の 暦 (旧暦)で秋の真ん中 がつ にち じゅうご や つき ちゅうしゅう めいげつ よ にあたる8月15日の十五夜の月を「中 秋 の名月」と呼んで、月を観賞するお月 み ぎょうじ おこな じき さと しゅうかく 見の 行 事が 行 われてきました。ちょうどこの時期に里いもが 収 穫されることから、 さと りょうり た ふうしゅう 里いもをお供えしたり、「きぬかつぎ」などの里いも 料 理を食べたりする風 習 もあり、 べつめい いもめいげつ じゅうご や つき あと じゅうさんや 別名で「芋名月」ともいいます。また、 十 五夜からひと月ほど後の 十 三夜にもお りょうほう あ つきみ えん ぎ

月見をする風 習 があり、 両 方合わせてお月見をすると縁起が良いとされています。



2025年の十五夜は10月6日、 十三夜は11月2日です。