



給食だより 10月号

令和6年9月30日
平井南小学校
校長 岡田 盛雄
栄養 養 士



暑さも和らぎ、過ごしやすい季節になりました。秋の味覚が多くあり、食欲が沸く季節でもありますね。秋はお米や大豆、里芋など、昔から日本人の食生活に欠かすことのできない作物が収穫を迎える季節です。秋の実りや自然の恵みに感謝し、旬の食べ物をおいしくいただきますよう。

SDGs とは...



Sustainable Development Goals



「持続可能な開発目標」

「Sustainable Development Goals」の略称で「持続可能な開発目標」を意味するものです。

国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、戦争、感染症など、様々な課題を抱えています。これらを解決し、世界中の人々が、安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。



エスディーゼーゼス もく ひょう SDGs 17の目標



- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1 貧困をなくそう | 10 人や国の不平等をなくそう |
| 2 飢餓をゼロに | 11 住み続けられるまちづくりを |
| 3 すべての人に健康と福祉を | 12 つくる責任 つかう責任 |
| 4 質の高い教育をみんなに | 13 気候変動に具体的な対策を |
| 5 ジェンダー平等を実現しよう | 14 海の豊かさを守ろう |
| 6 安全な水とトイレを世界中に | 15 陸の豊かさも守ろう |
| 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに | 16 平和と公正をすべての人に |
| 8 働きがいも経済成長も | 17 パートナースhipで目標を達成しよう |
| 9 産業と技術革新の基盤を作ろう | |



10月22日(火)献立のテーマは「給食からSDGsを考えよう」です。

「学校給食を教材として、児童にSDGsへの関心を高める」ことを目的に行います。

- ・ごはん ・リサイクルふりかけ（出汁を再利用したふりかけ）
- ・さばの竜田揚げ ・小松菜のお浸し（江戸川区産の小松菜を使用）
- ・かぶの葉入りみそ汁（かぶの葉の部分も廃棄せずに使用）
- ・みかん



出汁を再利用したレシピ リサイクルふりかけ

材料(ごはん 約10杯分)

- ・削り節…25g
- ※出汁をとる前の分量
- ・塩昆布…10g
- ・しょうゆ…小さじ2
- ・三温糖…大さじ1
- ・みりん…大さじ1

作り方

- ①みそ汁、すまし汁等の出汁をとった削り節の水分を絞る。
- ②フライパン、鍋等で削り節を乾煎りし、水分を飛ばす。
- ③塩昆布、調味料を加えて軽く火にかける。