



# 10月給食だより

令和6年9月30日

陸別町給食センター

## 食べ物の期限について

加工食品には、「消費期限」か「賞味期限」の表示があります。この2つの期限の違いを間違えると食品ロスにつながってしまいます。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食べ物のことをいいます。加工食品の期限表示を正しく理解し、食品ロスの削減に家族で協力して取り組みましょう。

似ているけれど  
全然違う

消費期限

賞味期限

### 消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎる前に食べましょう。



### 賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



※消費期限や賞味期限は未開封の状態です。一度開封したら早めに食べましょう。



ほかにもできる!

## 食品ロスを減らす工夫

減らそう!  
食品ロス



残さず食べる

買いすぎない

使いきる・食べきる

皮をむきすぎない

食品の在庫を確認する

## 食育ほ場の収穫体験を実施しました

給食センターの食育ほ場で、保育所の園児と小学1・2年生が「じゃがいも・玉ねぎ・人参」の収穫体験を行いました。昨年度は小学1・2年生の収穫体験が雨で中止となりましたが、今年度はどちらも無事実施することができました。畑では、たくさんの虫がいることや形が異なる作物があることなどを、実際に見たり触ったりすることで作物に関心を高められたと思います。収穫した作物は給食に使用しています。



たくさん収穫できました!



## 献立のお知らせ

16日: ミルメーク・ココア(保育所なし)  
牛乳に混ぜて飲む『ミルメーク』のココア味を提供します。

### 【おいしい飲み方】

- 先に牛乳を一口飲みます。
- ミルメークのチューブの先をねじってちぎり、ストローの差し込み口から入れます。
- 軽く振ってできあがり。



世界の料理 18日: ~イギリス~

イギリスにちなんだ献立を提供します。ヨーグルトチキンカレーは、ヨーグルトと香辛料で下味をつけた鶏肉を煮込んでつくります。イギリスは世界で初めてカレー粉を開発し、日本にカレー粉を伝えました。イギリス生まれのカレーには、『チキンティッカマサラ』という、ヨーグルトを使ったインドカレーがあります。



日本全国あじめぐい

31日: つけナポリタン(静岡県)  
静岡県富士市周辺のご当地グルメです。スパゲティをトマトベースのスープにつけながらいただきます。小・中学校分には、うずらの卵が入っていますので、よく噛んで食べましょう。

