

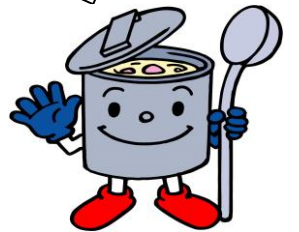
越前市国高小学校  
国高幼稚園

お米をはじめ、さまざまな作物が実りの季節を迎えました。旬の食べ物は、どんな味や香りがするのか、意識して食べてみましょう。小さいころからさまざまな食材に慣れ親しみ、家族で食べる楽しみを積み重ねていくことが、豊かな心とたくましい体作りにつながります。



## 食べものを無駄にしていますか？

10.20.30日などの、0のつく日に



10月は、国が定める『食品ロス削減月間』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1年間で600万トンを超える量が発生しています。このうち約半分は家庭からのものであり、私たち一人ひとりが食品を無駄にしないように意識して取り組むことが必要です。

<p>必要な物を、使いきれ的分だけ買う</p>	<p>食品ロスを防ぐためにできること</p>	<p>余った食品を使い切る日を設ける</p>
<p>消費期限や賞味期限の近いものを選ぶ</p>		<p>冷蔵庫や食品庫は整理整頓し「見える化」する</p>
<p>家族が食べ切れる量を考えて、料理を作る</p>		<p>冷凍できるものは、新鮮なうちに冷凍する</p>

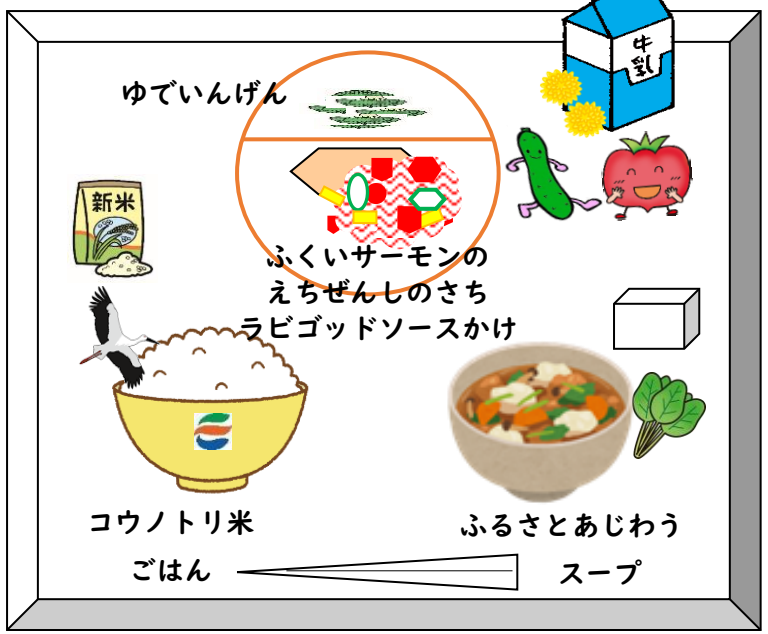
10月の給食では、**食べきり運動**に取り組みます。おいしく残さず食べて「残食ゼロ」をめざしましょう！

## 市制記念ランチ

10月26日(木)

# “菊御膳”を味わいましょう！

地元でとれた野菜は新鮮でおいしいね！今日のラビゴッドソースには、みどりしきぶきゅうり・べにしきぶとまと・きくなど越前市産の食べ物が使われているソースだよ。味わって食べてね！



★☆☆(菊) 御膳って？☆☆★  
越前市の花にもなっている「キク」は、昔から越前市を彩る花として広く親しまれています。菊は、食用栽培もされており、市制記念の10月に地元の菊を味わってもらおうと【キク(菊) 御膳】と名付けました。さらに、菊は、多年生で冬の寒さに耐えて春にはしっかりと芽を出す強い生命力があります。そんな菊のようにみなさんのがんばりが春には芽吹くことを願って提供します。

