

10月 給食だより

令和7年度 10月号
那須烏山市学校給食センター
TEL: 88-2135
FAX: 88-0168

10月は「とちぎ食育推進月間」です！

生涯にわたり楽しく健全な食生活を実践することにより、食に対する感謝の気持ちを深め、心身の健康と豊かな人間性を育む「食育」を推進するため、栃木県は10月を「とちぎ食育推進月間」としています。「とちぎ食育推進月間」や「食育の日（毎月19日）」をきっかけに、あらためて「食」について考え、できることから実践してみたいかがでしょうか。

学力も体力もアップ!?

朝食のすすめ

朝食を毎日食べている人は、そうでない人に比べて、体力・運動能力や、学力が高い傾向にあることが文部科学省などの調査でわかっています。朝食をとって勉強も運動もがんばりましょう。



朝ごはんを食べると



健康な体づくりのために 栄養バランスよく食べよう

わたしたちは食べ物からエネルギーや栄養素を得ています。栄養素にはそれぞれおもな働きがあります。健康に過ごすには、いろいろな食品から栄養バランスよくとることが大切です。

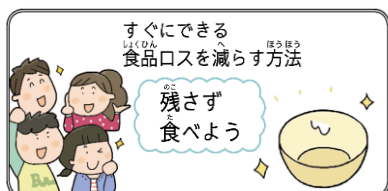


とちぎ食育推進月間だけじゃない！

10月は「食品ロス削減月間」

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨ててしまう食品のことです。日本では、多くの食品を輸入に頼っている一方で、たくさんの食品ロスが発生している現状があります。

一人ひとりができることから、食品ロス削減に取り組んでいきましょう。



オリジナル献立が登場します!!

「オリジナル献立」は児童生徒の食に対する興味・関心を、より一層高めることを目的として、今までに学習した内容を生かしながら献立を考えます。今月は、南那須中学校のオリジナル献立です。

10/20 (月)	3年1組「グランメリン南中ミシュラン5つ星給食」
10/27 (月)	3年2組「おいしいだけじゃ、だめですか?」
10/28 (火)	3年3組「Passion 給食」