「和食とＳＤＧｓ給　食」献立特別号

令和５年１１月２８日（火）
平北部学校給食共同調理場（小学校）

世界に誇る和食

和食は日本の素晴らしい文化のひとつです。2013年12月4日に、ユネスコ無形文化遺産に登録され、次世代へと受け継いでいきたい文化として、世界からも関心が高まっています。和食のすばらしさについて、食べて味わい再確認しましょう。

【和食の特徴】

多様で新鮮な食材とその持ち味を活かす工夫

自然の美しさや季節のうつろいを表現する

正月などの年中行事との密接な関わり

健康的な食生活を支える栄養バランスが整っている

和食から考えるSDGs

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

12 つくる責任 つかう責任

SDGsとは、持続可能な社会の実現を目指す17の世界目標です。つまり、世界中の人が今も未来も幸せに過ごせるようにすることが目的の取組です。例えば、地場産物を活用することは、新鮮で美味しいだけでなく、環境への負担も少なく、SDGsの取組につながっています。ほかにも、「食」に関する目標の中には、「つくる責任、つかう責任」として、食品ロスについて挙げられています。

和食には、食べ物への感謝の心が込められ、食べ物を無駄にしない工夫もたくさんあり、SDGsの取組につながっています。

和食給食を通して、地球のために、自分たちにできることはないかを考えてみましょう。

おしながき

ごはん
牛乳
福島県産豚みそカツ
切り干し大根と
小松菜の油炒め
冬野菜のみぞれ仕立て汁
ふくしまりんごゼリー

「福島県産豚みそカツ」
福島県産の豚肉をみそで味つけした美味しいカツです。

地域の食べ物「地場産物」を地域で食べる「地産地消」は、食べ物を運ぶ時の環境への負担が少なく、地球にも優しいことです。

「冬野菜のみぞれ仕立て汁」
すりおろしたかぶが、まるで雪まじりの雨「みぞれ」のように見える汁物です。

かぶは、皮ごとすりおろし、葉っぱも無駄なく使い、食品ロスに配慮しました。

昆布とかつお節のだしが、かぶの甘味を引き立てています。

「切り干し大根と
小松菜の油炒め」
切り干し大根を福島県産の大豆ミートや小松菜と炒めました。

切り干し大根は、大根を天日で干したものです。乾物には、食べ物を保存し、無駄なく食べるための昔からの知恵が詰まっています。

「ふくしまりんごゼリー」
福島県で育てられたりんごを使ったゼリーです。

りんごのほどよい酸味と甘みをバランスよく味わうことができます。