



# めしあがしター No.21

\* 給食委員さん、皆に伝わるように大きな声で読んでください。

\* 10月の給食目標「フードロスを減らそう」

<p>10月 2日 (水)</p>	<p>やきにく <b>焼肉チャーハン</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> ちゅうか <b>中華スープ</b> <b>マーラーカオ</b></p>	<p>きょう 今日のデザートは「マーラーカオ」です。マーラーカオは中国の伝統的な点心で、「中華風蒸しカステラ」とも呼ばれます。中国語で「マーラー」はマレーシア、「カオ」はケーキのことなので、マレーシアが発祥の地ではないかと言われています。生地にしょうゆを隠し味で使うことが特徴です。 しんじんせん ひ つづ がんば 新人戦引き続き頑張ってくださいね！！</p>
<p>10月 3日 (木)</p>	<p><b>さつまいもごはん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> あき <b>秋さばのみそ煮</b> さわに わん <b>沢煮椀</b></p>	<p>きょう 今日秋が旬のさつまいもをたっぷり使った「さつまいもごはん」です。江戸時代に現在の鹿児島県である「薩摩藩」から栽培が始まったことから「さつまいも」と呼ばれるようになりました。栄養の少ない土地でも育つことから、江戸時代に飢饉を救う作物として栽培が奨励されました。今でもさつまいもの収穫量全国1位は鹿児島県です。旬のさつまいもをめしあがれ♥</p>
<p>10月 4日 (金)</p>	<p>かんこくふう ま <b>韓国風混ぜごはん</b> ぎゅうにゅう <b>牛乳</b> くき <b>茎わかめの</b> <b>チョナムル</b> たまご <b>玉子スープ</b></p>	<p>10月の食育だよりで紹介しましたが、「SDGs」=「持続可能な開発目標」は、「193カ国が2030年までに達成するために掲げた、人類が抱える17個の問題を解決するための目標」です。その中には「飢餓をゼロに」という目標があります。「飢餓」とは、食べ物がなくて苦しむことです。世界では9人に1人、7億4千万人の人が飢餓に苦しんでいます。世界の今を知って、自分に何ができるか考えていきましょう。</p>