



【今月の目標】好き嫌いなく何でも食べよう！

一関市大東学校給食センター

Main table containing school lunch menus, nutritional information (Energy, Protein, Fat, Salt), and ingredient lists categorized by groups (1-6). Includes special days like 'Sports Day' and 'All-school lunch'.

※都合により献立が変わることがあります。ご了承ください。

～今月の地元産の食材～ 里いも(20、28日)、じゃがいも、小松菜、ねぎ、ピーマン、トマト、きゃべつ(20日～)、にんじん(20日～)、なたね油、このほかに米・牛乳・豆腐・みそなども一関市産です。



【今月の目標】好ききらいなく何でも食べよう！

一関市大東学校給食センター

Main table with columns for date, meal name, food groups (1-6), ingredients, and nutritional information (Energy, Protein, Fat, Salt).

※都合により献立が変わることがあります。ご了承ください。

10月は3R推進月間!

みんなでカエル

減らせる(Reduce)



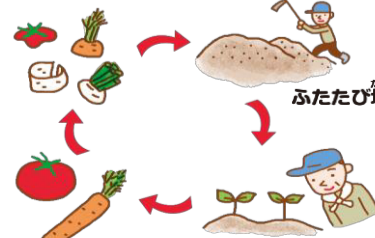
自分に合ったふさわしい量を知り、それをなるべく残さず食べるようにして食べ残しをできるだけ減らしましょう。

むだなく使える(Reuse)



食品については、材料をむだなく使い切ったり、残りものを別な料理にアレンジしたりしてむだなく使うこともできます。

よみがえる(Recycle)



野菜くずなどの生ごみを再び堆肥にして畑で使ったり、牛乳パックから再生紙を作って利用したりして、限られた資源を有効に使いましょ。

地球を守れる!



この3つのRのほかにも「リフーズ (Refuse: 余計なものを断る)」「リペア (Repair: 修理する)」、そして「リスペクト (Respect: 物を大切に)」の「R」もあります。