

# みらいの給食週間

9月25日～9月30日

## STEP 2 食品ロス

～ごみをへらそう～

9/26 (月) **ちーこ先生のSDGsレシピ**

25日配信「親子クッキング」のお食事が給食に!! 人参&とうもろこし入り五目ごはんと鶏つくねのお味噌汁を提供いたします☆

👉 「もったいない」を知り、食べられるのに捨てていないか、子どもたちと一緒に考えよう!!

★プログラム  
・かいじゅうステップSDGs大作戦 第1話「SDGsってなに?」の視聴  
・絵本の読み聞かせ  
・かいじゅうステップSDGs大作戦 第4話「ゴミをへらそう!」の視聴

※AM8:00～配信

## STEP 3 地産地消

～地域の食材を食べよう～

9/27 (火) **胡瓜のごま酢和え**

富田林の秋胡瓜を使った胡瓜のごま酢和えが給食に登場!

👉 今日の食材はどこから来たかな?

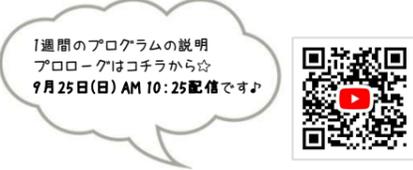
★プログラム  
・関西の生産者さんからのビデオメッセージ

※AM8:00～配信

### ★ 最近よく聞くSDGs(エス・ディー・ジーズ)って何?? ★

「地球で住み続けるために、より良い世界をつくる!!」ために掲げられた目標です。今地球で起きている事を知ることで、ご家庭で何が出来るか、子どもたちと一緒に考えてみませんか? 次世代を生きる子どもたちにとって、「SDGsは当たり前」となりますように。

国連でSDGsが採択された9月25日を含む1週間「みらいの給食週間」では、給食を通して、SDGsにつながる食材にふれていただくほか、「かいじゅうステップ SDGs 大作戦」のショートアニメや絵本、生産者のビデオメッセージなど、SDGsについて楽しく学べるコンテンツをご提供します。



## STEP 1 SDGs採択の日!

# ちーこ先生のSDGs親子クッキング

9/25 (日) AM:10:30～配信!!



★ご家庭で用意していただくもの

＜ 詳しい材料・作り方は概要欄に記載しています!QRコードよりご確認ください!＞

- 【調理器具】鍋・包丁・まな板・スライサー・スプーン・ボウル
- 【材料】(幼児2人分)※大人は幼児量1.5倍量にしてください。
- 鶏ひき肉..... 120g
  - 塩麹・片栗粉... 各小さじ1
  - かつお節..... 小袋1つ(1.5g)
  - 昆布..... 2cm
  - 玉葱..... 1/2個(100g)
  - わかめ(乾燥)..... 2g
  - 味噌..... 大きじ1



※AM10:30 配信します。

**\*献立\***

- 人参&とうもろこし入り五目ごはん
- 大きな鶏つくねのお味噌汁

### ちーこ(大畑ちつる)先生ってどんな人?

天下の台所・大阪で生まれ育ち、管理栄養士にして、中央卸売市場仕込みの野菜マニアやさい料理研究家・大畑ちつる先生。「料理作りに悩むことがない、作りたい料理がありすぎて困るくらい、料理を作ることが大好きな人を増やしたい。」というビジョンのもと、最短ルートで料理上手を叶える料理教室を開催されています。また、NHK「ごごナマ おいしい金曜日」、子どもの野菜嫌いを克服レシピを紹介、MBS「ちちんぷいぷい」・「よんちゃんTV」関西テレビ「やすとも・友近のキメツケ!」他、多数メディアに出演されています。



大畑ちつる先生

### 最近よく聞くSDGsって結局何をすればいいの??

そんな方も多いかと思えます。

実は日々の生活の中でできる事はたくさんあるんです!今回は「大畑ちつる先生」に食品ロスをテーマに「SDGsレシピ」を教えてくださいました!お子さんもお手伝いできるポイントもご紹介しています!是非楽しんでください☆♪

#### SDGsポイント★

必要な時に必要な分だけ使える「乾物」を取り入れた栄養満点時短レシピをご紹介します



- ★プログラム
- ・かいじゅうステップSDGs大作戦 第1話「SDGsってなに?」の視聴
  - ・ちーこ先生のSDGs親子クッキング
  - ・かいじゅうステップSDGs大作戦 第14話「みんなで力をあわせよう!」の視聴

## STEP 6 海の豊かさを守ろう

9/30 (金) 海の豊かさを守ろう

～ブルーシーフード～

(金) **たら照り焼き**

ブルーシーフードとは、「資源が豊かな海産物」のことで、これらのお魚を積極的に選んで食べることで激減した海産物を守りましょう♪

👉 今、プラスチックごみや魚の獲りすぎが問題になっています。みんなで海の大切さを知ろう!

★プログラム  
・かいじゅうステップSDGs大作戦 第12話「海をきれいに!」の視聴  
・お魚の動画

※AM8:00～配信

## GOAL 最後に...

SDGsにはたくさんの目標があります。この「みらいの給食週間」を通して少しでも地球で起きていることを知り、目標を達成するためにみんなで協力していくことが大切です。私たちにできることを少しずつ考えてみませんか??

※PM3:00～配信

インスタでは食育や食事の様子を配信します!!ぜひ、チェックしてくださいね♪



※都合上、イベント内容・献立を一部変更している場合がございます。

無断転載・コピーを禁止します。