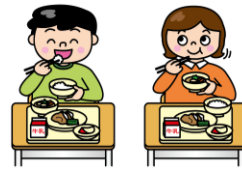


食育だより

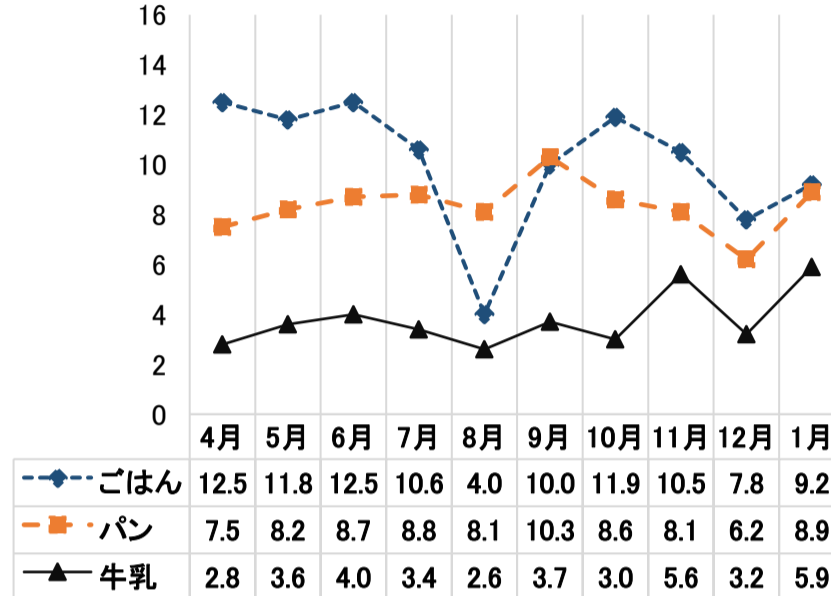


令和8年3月9日発行
那珂川町学校給食センター

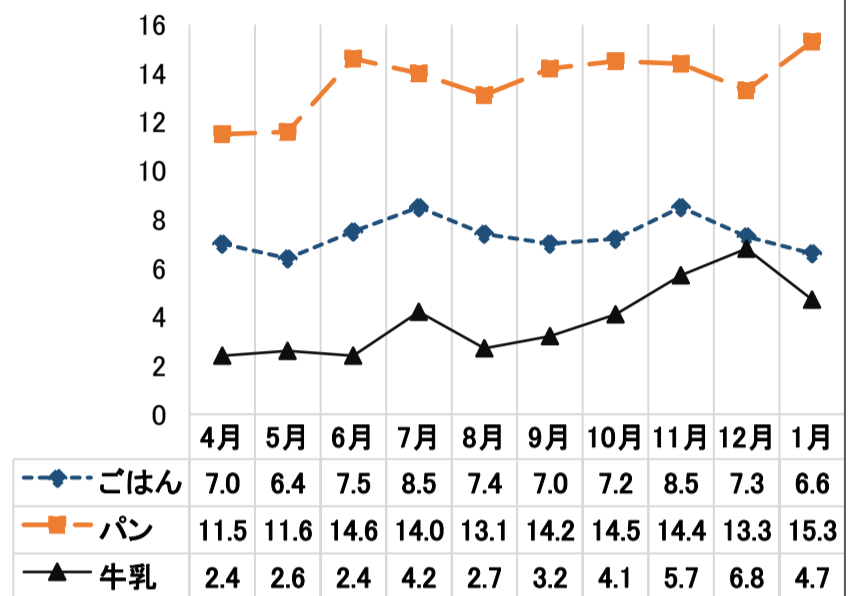
給食センターでは、毎日、学校から戻ってくる給食の残りを計量し、残食率を算出しています。今回は令和7年4月から令和8年1月までの小中学校の残食率をまとめましたのでお知らせします。(残食率は給食喫食予定人数で算出しています。)



小学校：ごはん・パン・牛乳の残食率(%)

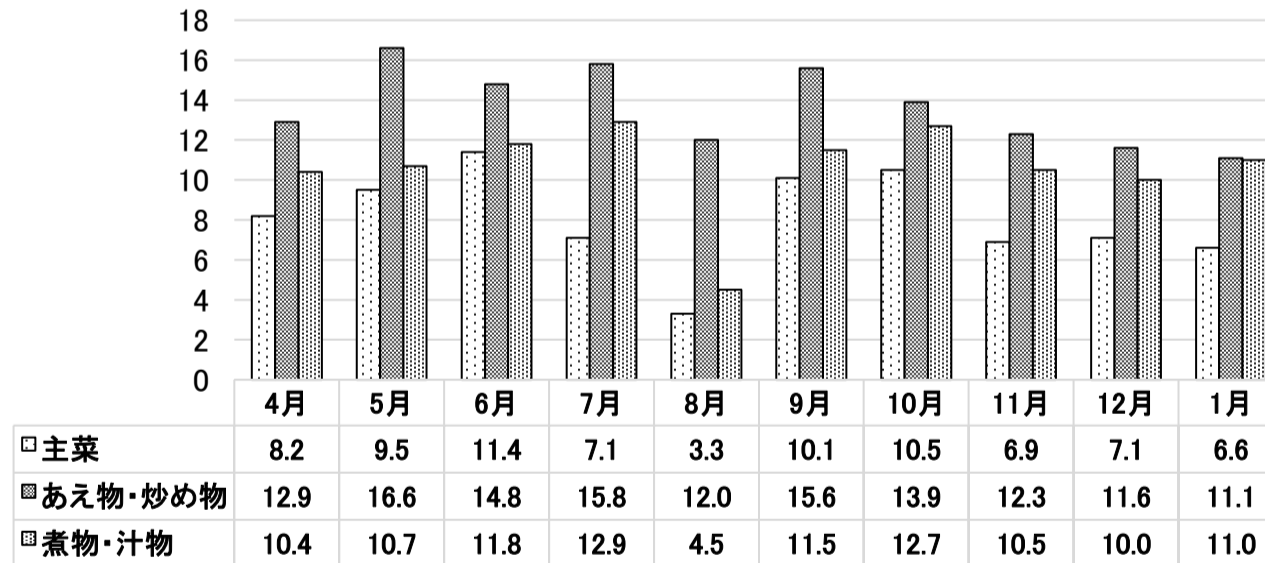


中学校：ごはん・パン・牛乳の残食率(%)



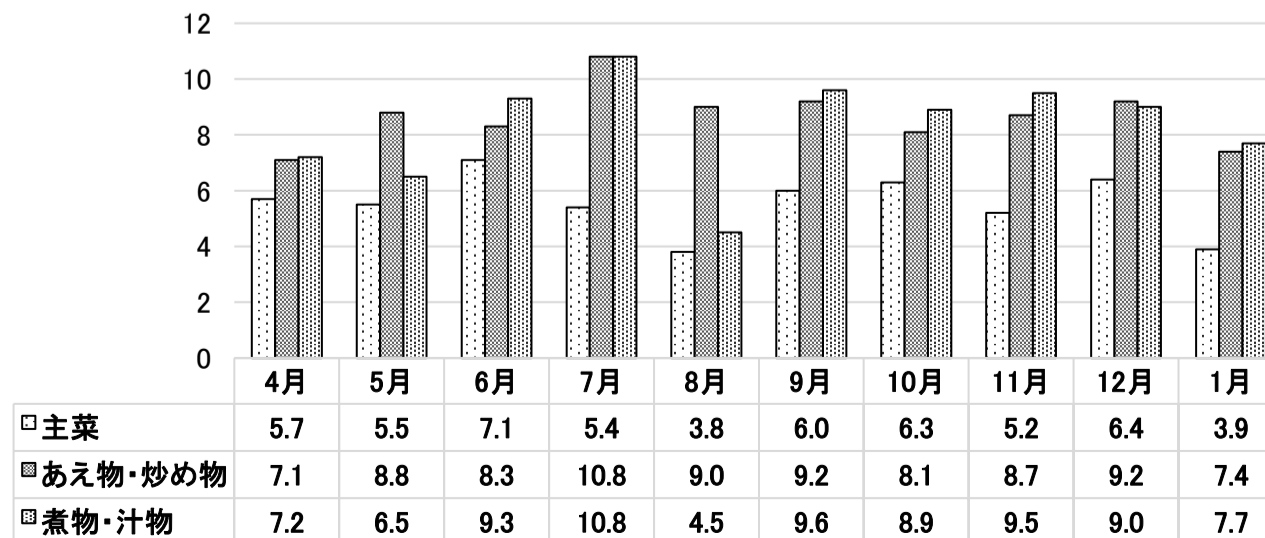
・小学校ではごはんの残食率が高く、平均すると10%以上になっていました。牛乳については昨年度より残食率は低くなっていましたが、11月、1月は残量が多くなっていました。《昨年度小学校の平均残食率：ごはん10.7% パン5.4% 牛乳5.2%》
 ・中学校ではごはん、パン、牛乳の全てにおいて、昨年度より残食率が高くなっていました。特に、パンの残食率は平均13.7%となっていて、昨年度より5%以上高くなっていました。《昨年度中学校の平均残食率：ごはん6.8% パン8.6% 牛乳1.8%》

小学校：おかず(主菜、あえ物・炒め物、煮物・汁物)の残食率(%)



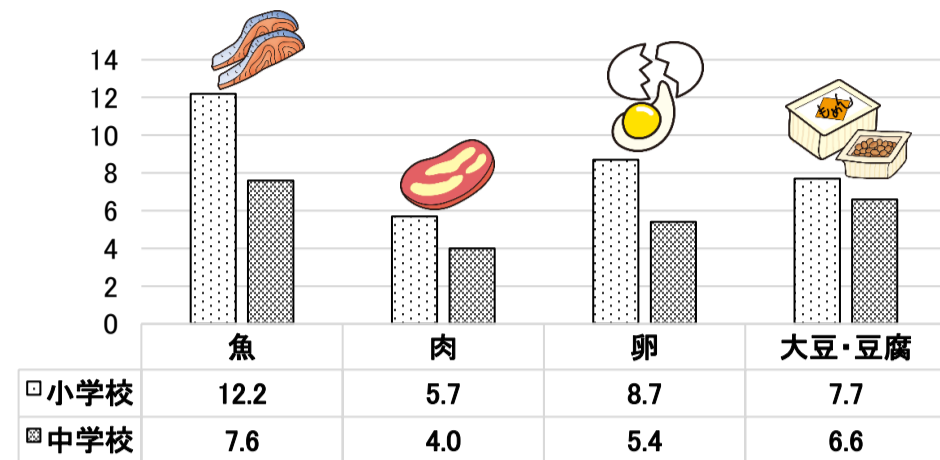
【小学校】
 ・主菜の残食率は、平均8.1%でした。
 ・あえ物・炒め物の残食率は、16%を超える月があり、他のおかずに比べ残食が非常に多くなっていました。
 ・煮物・汁物についても、残食率が10%を超える月が多くなっていました。
 《昨年度の平均残食率》
 主菜9.1% あえ物12.9%
 煮物・汁物9.7%

中学校：おかず(主菜、あえ物・炒め物、煮物・汁物)の残食率(%)

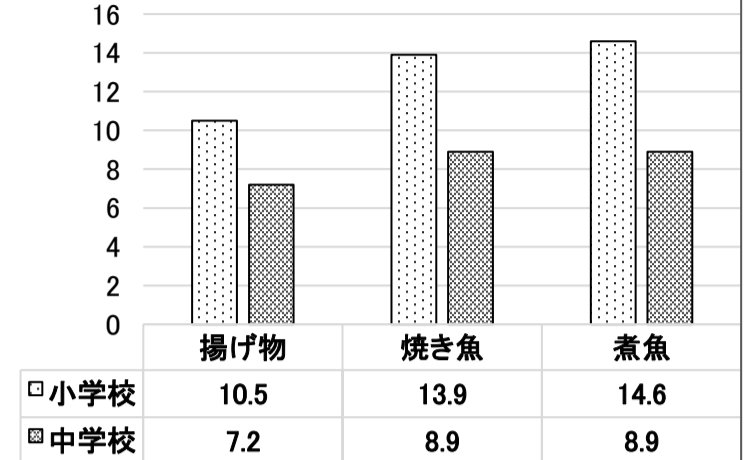


【中学校】
 ・主菜の残食率は、平均5.5%と昨年度と同じでした。
 ・あえ物や炒め物については、平均8.7%、煮物や汁物については、平均8.3%で、残食率が10%以上の月もありました。
 《昨年度の平均残食率》
 主菜5.5% あえ物6.2%
 煮物・汁物6.5%

主菜：食品別残食率(%)



主菜・魚：調理方法別残食率(%)



主菜：魚、肉、卵、大豆や大豆製品を使ったおかずです。

筋肉や血液など体をつくるはたらきをしている「たんぱく質」が多く含まれています。

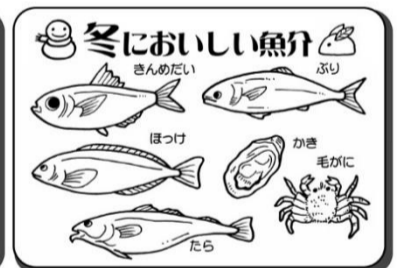
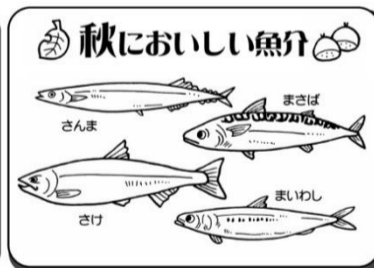
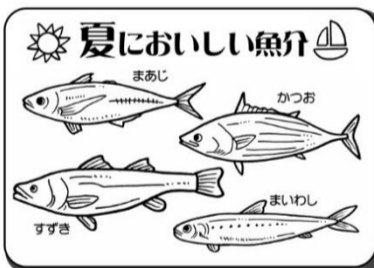
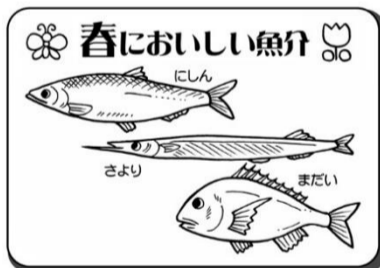
- ・小学校、中学校ともに、肉料理の残食率は低く、魚料理は高くなっていました。
- ・魚料理では、小学校、中学校ともに調理方法で残食率に差が見られ、焼き魚や煮魚の残食率が高く、揚げ物(フライ・竜田揚げ・天ぷら)はそれに比べると低くなっていました。



※那珂川町では、給食から出る食品残さや食べ残しは堆肥化され有効活用していますが、SDGsの視点から一人一人が食品ロス削減を心がけましょう。

さかな

季節に美味しい魚介いろいろ！！



どうして魚を食べたほうがいいの？

魚は子供だけではなく大人にとっても大切な食材で、魚を積極的にとって欲しい理由は、栄養だけではありません。

現代では魚料理が家庭で登場しにくく、「魚を食べる経験が減少している」と言われています。子供の頃に触れる機会が少ない食材は、大人になってからも無意識に選択肢にあげられない、家庭の食卓によく並んでいた食材をなんとなく習慣で選んでしまうこともあります。

子供の頃にさまざまな魚を食べることは、味覚や将来の食習慣にも大きく影響すると言われています。

- ※ 触れたことがない食材 → 苦手になりやすい
- ※ 舌が覚えたもの → 大人になっても抵抗が少ない

魚も意識して食べる習慣をつけ、食卓に並べる食材の選択肢のひとつにしましょう。