

10月

【食品ロス削減】
10月は食品ロス削減月間です。食品ロスとは、本来食べられるのにすてられてしまう食品のことです。日本の食品ロスの量は、年間472万トン（令和4年度推計）と言われており、これは一人当たり毎日おにぎり1コ（約103グラム）をすてている計算になります。食品ロスをへらすコツは、①食材を買いすぎない、②料理を作りすぎない、③のこさず食べきる、です。大切な食べ物をむだにしないために、できることからはじめてみましょう！
栄養士 森合 まな

	月	火	水	木	金
1 Week			1	2	3
			やさいのラムネ あとひき煎 サラダ	大入りきなこ棒 こつぶポテコ4連	果汁100%スティックゼリー ソフトサラダ
2 Week	6	7	8	9	10
	どうぶつえんゼリー スティックポテト のり塩	ぷるりんゼリーアップル 鬼ひび海苔しお	こんぶ梅 堅あげポテトプッチ4うすしお味	学研の図鑑LIVEゼリー恐竜編 ハッピーターンミニ2連	ラムネいろいろ 三幸の揚せん薫るしお味
3 Week	13	14	15	16	17
	スポーツの日	おしりたんていおしりラムネ 新潟仕込み 塩味	焼いもようかん ソフト豆もち	いしやきいも かむおやつ ごま付きいりこ	快適野菜ゼリー Jagabeeうすしお味
4 Week	20	21	22	23	24
	肉球ラムネ ぷるりんゼリーグレープ	森のくだもの屋さんスティックゼリー ハッピーターンミニスパイス4連	わんにゃんゼリー スティックポテトじゃがいもと塩	あるとちやいません 大袖振豆もち	果汁100%ゼリー ほろほろ焼 和塩
5 Week	27	28	29	30	31
	冷やしてゼリー凍らせてシャーベット ぶどう味&りんご味 さっぱり塩味	栗羊かん おにぎりせんべい銀しゃり	いちごマシュマロ 紫の野菜ゼリー	きなこ棒 ぷるりんゼリーピーチ	無添加クッピーラムネピュア テキサスコーンお好み焼

Welights
ウィライツ