おいしいメニューコンクール応募用紙

中学生の部
（一人１点）

保健所記入欄

料理の写真を貼付けるか、絵を記載してください。
この枠にＬ判の写真を貼ることができます。

1. 学校名　　中学校
2. 学年・クラス　　年　　組　（出席番号　　番）
3. 氏名（フリガナ）
4. 献立のタイトル
5. 使用した備蓄食品
6. このメニューをアピールしてください！

材料：４人分の分量　（ｇまたは目安量）　例：トマトカット缶　１缶（400ｇ）

作り方

きりとり線

江東区食育推進計画（第三次）
推進事業

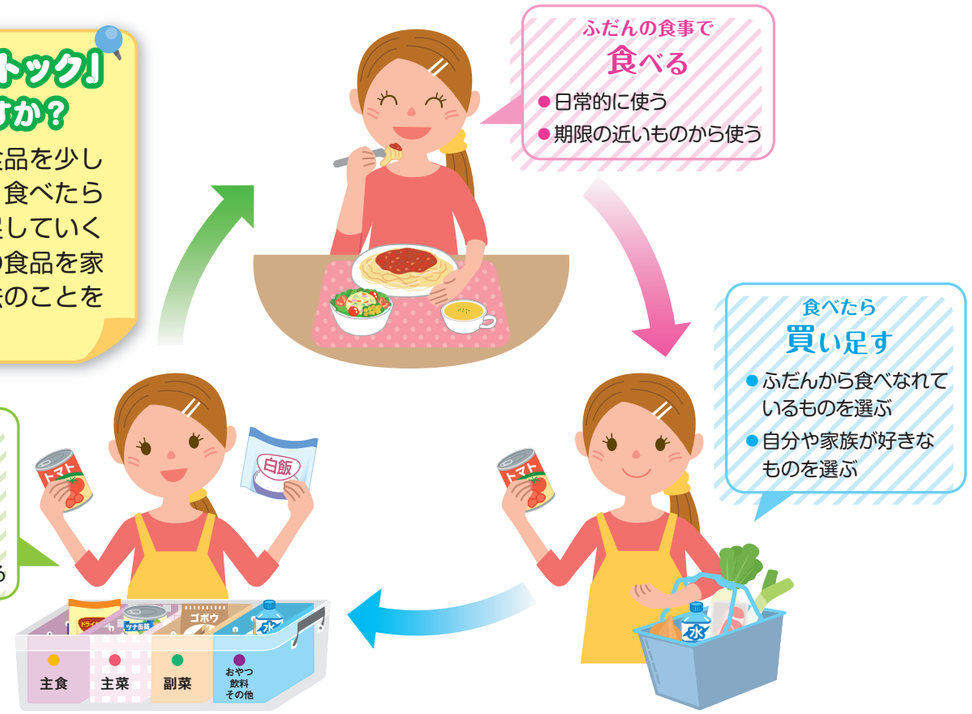
2021　おいしいメニューコンクール

食品ロスにしない！

備蓄食品を使ったメニュー

「ローリングストック」を知っていますか？

ふだん食べている食品を少し多めに買い置きし、食べたらその分新しく買い足していくことで、常に一定の食品を家に備蓄しておく方法のことをいいます。



※「食べる」➡「買い足す」➡「備える」と回転させることで、常に新しいものが置かれるため、賞味期限が短いものでも備蓄食品に活用できます。

いつ起こるかわからない災害に備えて備蓄した食品を、いざ食べようとした時に**賞味期限**が切れていたために、捨ててしまうということがないように…
「ローリングストック」を実践し、**家庭での食品ロス**を減らしましょう！

賞味期限とは
賞味期限（美味しく食べられる期限）　⟷　**消費期限**（安全に食べられる期限）
※賞味期限が切れてもすぐに食べられなくなるわけではありません

家庭での食品ロスとは
- **食べ残し**（好き嫌い・作りすぎ）
- **過剰除去**（食材の皮を厚くむきすぎたり、取り除きすぎ）
- **直接廃棄**（賞味・消費期限切れなどで食べずにそのまま捨てる）

問い合わせ先
江東区健康部（保健所）健康推進課　栄養指導担当
電　話　03-3647-6713