

給食時間における食に関する年間指導計画（米野岳中学校）

月	月目標	指導内容	献立	週	ランチルーム指導	関連教科等	行事食旬の献立	取り入れたい食品	給食委員会活動	
4	● 協力して給食の準備をしよう ◎ 朝食をしっかりと食べよう	・安全な運搬や配膳 ・準備や後片付け ・正しい食器の置き方 ・朝食の役割 ・朝食をおいしく食べる工夫	旬の食べ物	前半	今月の目標について 給食の準備後片付けについて 給食当番の仕事について 正しい食器の並べ方について 給食時間の過ごし方について	学級活動「※朝食の大切さ」2年	お入花学見祝献立	菜の花 春キャベツ 鱈 たけのこ 新たまねぎ	・委員会組織作り ・年間計画作り ・委員会の仕事の確認 ・歓迎給食準備 ・下級生への配膳指導	
				後半	朝食の大切さについて 生活リズムについて			グリんピース ちまき 新たまねぎ 鯉 新じゃが 小松菜 アスパラガス トマト メロン		
5	● 食事の衛生について気を付けよう ◎ 行事食の由来について知ろう	・手洗いの必要性和正しい手洗い ・清潔な身支度 ・配膳台、テーブルの清潔 ・食器の持ち方 ・節約料理とその由来 ・郷土食と行事食	地域の食材を知る	1	今月の目標について 端午の節句料理について	理科1年「植物のつくりとはたらき：エンドウ豆」	(郷単八十語の八理旬の献立)	グリんピース ちまき 新たまねぎ 鯉 新じゃが 小松菜 アスパラガス トマト メロン	配膳コンクール 手洗い強化月間ポスター作成 セレクト給食集計(6月)カミカミ 給食当番の身支度チェック	
				2	手洗いについて 清潔な身支度について	社会科1年「弥生：稲作の広がり」				
				3	給食当番の健康郷土食について	家庭科1年「私たちの食生活」				
				4	ごみゼロ運動について					
6	● よくかんで食べよう ◎ 成長期の栄養について考えよう	・咀嚼の効果 ・カルシウムの働き ・歯とカルシウム ・適切な水分補給 ・スポーツと栄養 ・三食の役割	カルシウム強化	1	今月の目標について むし歯予防について 咀嚼について	社会科1年「邪馬台国：卑弥呼の食事」	カミカミ献立	小魚 ひじき 大豆 わかめ とうもろこし 新ごぼう 小魚 大豆 乳製品 ひじき レバー 豆腐 納豆 枝豆 すいか びわ メロン 小魚	かみこたえのある食品の掲示資料作成 中体連へ向けての食事掲示資料作成 セレクト給食集計(7月)スタミナ 残食量調査 部活動給食	
				2	カルシウムを多く含む食品について					学級活動3年「スポーツと栄養」
				3	スポーツと栄養(食事)について					
				4	適切な水分補給について					
7	● 残さず食べよう ◎ 夏の健康と食事について考えよう	・中学生に必要な食事量 ・会食の場にあそびたい会話 ・適切な水分補給 ・夏野菜の紹介 ・スタミナ料理	食欲増進	1	今月の目標について 夏野菜について 食事環境つくり	家庭科1年「わたしたちの食品の選択と調理」	お七夕献立	おくら そうめん にがうり ミニトマト そうめん 豚肉 なす かぼちゃ 豚肉 ピーマン	七夕給食 朝食アンケート お盆料理 1学期反省 セレクト給食集計(9月)月見団子	
				2	ジュースの飲み過ぎについて					
				3	夏バテを予防する献立について					夏休み中の食生活(集会)
8・9	● 正しい姿勢で食べよう ◎ 生活リズムを整えよう	・いすの座り方(肘をつく、前かがみになる、足を組む、テーブルにもたれる等) ・朝食と生活リズム ・早寝、早起き、朝ごはん	旬の食べ物	1	今月の目標について 早寝、早起き、朝ごはん 正しい食器の並べ方について	理科2年「生命を維持するはたらき：消化と吸収」	敬老の月見日献立	なす ぶどう なし れんこん 里芋 さつまいも 秋刀魚 鯖 なし	給食当番の仕事の再確認 朝食アンケート集計 セレクト給食集計(10月) 目によい食べ物 配膳コンクール	
				2	十五夜献立について					
				3	旬の食べ物について(野菜、果物、魚) 朝食の大切さについて					
				4	いすの座り方について よくかんで食べよう					
10	● 後片付けをきちんとしよう ◎ 栄養バランスのとれた食事をしよう(もっと野菜を食べよう)	・協力した後片付け ・牛乳パックの返し方 ・生活習慣病の予防 ・食品の組み合わせと栄養バランス ・魚の栄養	生活習慣病予防	1	今月の目標について 食器、食缶の返却の仕方について	家庭科「わたしたちのより豊かな食生活」	目た日本の愛立護デー献立	栗 さつまい 秋刀魚 鯖 柿 りんご みかん	給食マナー写真撮影(いす・肘・食器) 朝食アンケート、朝食の働きの調査 生徒集会発表準備 セレクト給食集計(11月) 麺のうどんの具	
				2	生活習慣病について 牛乳パックのリサイクルについて					
				3	油と脂について					
				4	食べ物ピラミッドについて					
11	● 感謝して食べよう ◎ 規則正しい食生活をしよう	・食前食後のあいさつ ・地産地消について ・好ましいおやつや夜食のとり方 ・よくかんで食べよう	地場産物活用	1	今月の目標について 地場産物の特徴について ふるさとくまさんデーについて 食物繊維って何？ よく噛んで食べよう	みどり学級「さつまいも収穫」	い立地場産物の日献立	新米 ほうれん草 青梗菜 プロッコリー かぼちゃ 大根 葱 白菜 みかん 柿 りんご	生徒集会発表 セレクト給食集計(12月) デザート	
				2	おやつや夜食の選び方					
				3	食事のあいさつの意味について					骨密度測定(3年)
				4						
12	● 衛生的な食事をしよう ◎ 抵抗力を高める食事について考えよう	・正しい手洗い ・給食当番の健康観察 ・風邪の予防 ・体の調子を整える栄養 ・正月料理紹介	ビタミン強化	1	今月の目標について ノロウイルスについて	学級活動3年「上手に食べて賢くならう！～受験期の食生活～」	立ク冬立マ献立	新米 新のり 青梗菜 脚 かぶ 大根 葱 白菜 みかん かぼちゃ	給食集会実施計画 給食献立大募集	
				2	風邪の予防について 冬至とかぼちゃ					
				3	ビタミンの働きについて	冬休み中の食生活				
1	● 給食の意義について考えよう ◎ 食文化について考えよう	・給食のあゆみ ・給食にかかわる人々の仕事 ・食への感謝 ・伝統食と郷土食 ・外国の食文化	給食のあゆみ	2	今月の目標について 伝統食・郷土食について	給食集会	り九年正月代月の別料理味立ぐ	春の七草 小豆 黒豆 田作り ほうれん草 京菜 かぶ 大根 ねぎ ぼんかん	給食の歴史資料作成 給食集会実施 残食量調査	
				3	学校給食週間について					
				4	ALTと学校給食 世界の料理と食文化					社会3年「食生活の変化」人口・食料問題
				2	今月の目標について 大豆から作られる製品 正しいはしの使い方と食器の持ち方について					
2	● 正しい食事マナーを身に付けよう ◎ 健康によい食事をしよう	・正しいはしの使い方 ・食器の持ち方 ・口中調味 ・生活習慣病の予防 ・植物性たんぱく質	質植物強化たんばく	1	今月の目標について 大豆から作られる製品 正しいはしの使い方と食器の持ち方について	保健体育科3年「健康な生活と病気の予防」	立リ節分工献立	節分豆 鱈 大豆製品 鯛 春菊 ネーブル	大豆から作られる食品について掲示資料作成 卒業お祝い給食実施計画	
				2	カルシウムのはたらき					
				3	生活習慣病について					
				4						
3	● 1年間の反省をしよう	・楽しい会食 ・食事マナー ・健康によい食事のとり方 ・感謝の心	確栄養バランス	1	今月の目標について 栄養バランスよく食べよう		パ桃イの旬の献立	菜の花 あさり 新たかな いちご 春キャベツ あぶら菜 鱈	卒業お祝い給食実施 今年度の活動のまとめと来年度の課題	
				2	バイキング給食について					
				3	1年間(9年間)の給食を振り返って					
				4						