



平成20年度 献立および食育通信等年間計画

月	食に関する指導の目標		献立					食育通信
	小学校	中学校	季節の料理および旬の食品	行事食	各地の郷土料理	世界の料理	セレクト給食	
4	食事の用意を上手にしよう	協力しあい、衛生的で能率的な配膳や後始末をしよう	たけのこごはん、若竹汁、よもぎ団子、いかなこの天ぷら他	入学祝い、お花見		ドイツ		
5	よい運ばんと配せよう	和やかな食事の場を作り、正しい食事の習慣を身に付けよう	山菜ごはん、そら豆の甘露煮、えんどうごはん、あさり汁、かつおのじぶ煮他	こどもの日、春祝魚、八十八夜	長崎県	アメリカ合衆国	プリンorヨーグルト	綾上中学校 3年生
6	衛生に気を付けて食べて食べよう	環境を整え、衛生に気を付けて食事をするよう	肉じゃが、あじの三杯酢、じゃがいものポタージュ他	虫歯予防デーの衛生週間、入梅、週報、食事調べ		イタリア		綾上小学校 6年生
7	好き嫌いをなく何でも食べよう	栄養バランスのとれた食事の重要性を知り、偏食しないように食べよう	夏野菜ジュース、あゆの唐揚げ、麻婆なす、かぼちゃの甘煮他	七夕、半夏生、土用の七拍子	沖縄県		バナナor冷凍みかん	粉所幼稚園
9	栄養を考えて食べよう	栄養を考えて食べるよう	枝豆の塩ゆで、なすの炒め物、あゆの塩焼き他	十五夜、秋分の日		インド		綾上中学校 2年生
10	献立に関心をもとう	自己の食生活を反省し、改善していくこと	いもごはん、秋の香ごはん、栗ごはん、きんぴらごぼう、さんまの塩焼き他	秋祭り、オカシ		フランス	魚or肉	綾上小学校 4年生
11	感謝して食べよう	感謝して食べよう	きのこごはん、いわいの七味焼き他	文化の日、勤労感謝の日	京都			綾上小学校 3年生
12	食事の後始末を正しくしよう	食事の後始末を正しくしよう	おでん、ひたし、シチュー、冬野菜カレー、つき大根の雪花、かぶの甘酢漬け他	冬至、クリスマス		ロシア	豆腐or納豆	綾上小学校 5年生
1	よいマナーで食べよう	食事を通して、正しいマナーと社会性を養い、感謝の気持ちを持ちで食べよう	わかざきの南蛮漬、プロッコリーの和え物、ぶりの照り焼き他	正月、鏡開き、学校給食週間	香川県 沖縄県			綾上中学校 1年生
2	食後のだんらんを工夫しよう	食後のだんらんを工夫しよう	いわし、こまつなげ、白菜とチンゲンサイのひたし、小松菜のひたし他	節分	北海道	韓国	緑黄色野菜 or 淡色野菜	綾上小学校 2年生
3	みんな楽しんで食べよう	みんな楽しんで食べよう	わけぎとえんどう、ちしやのみ他	ひな祭り、入試、卒業祝い、春分の日				綾上小学校 1年生

\*毎月8のつく日はかみかみデー。よくかみ、あごを鍛える食品を取り入れます。(月1回程度)

6月12日(火)		献立のねらい	魚について知り、上手にはしを使って食べる		
麦入りごはん 牛乳 魚の立田揚げ ひじきの五目煮 昆布和え		<指導資料> みなさんは、魚と肉ではどちらが好きですか？たぶん魚よりもお肉が好き という人の方が多いのではないのでしょうか。日本はまわりを海で囲まれている			
材料名	分量	のでむかしからよく魚を食べていました。でも中には、魚の骨をとるのがめん どうだからといって、魚をきらい人もいますよね。魚はじょうぶな体を作って くれる食べものです。また、魚のあぶらには血液をさらさらにして生活習慣病 を防ぐ働きもあります。ですから、魚を食べるのが苦手な人もがんばって食べ るようにしましょう。おはしを上手に使うと手先を上手に使う練習に なります。おはしを上手に使う食べましょう。			
◎ 給食米	80				
おおむぎ	15				
◎ 牛乳	206				
◎ あじ	50				
こいくちしょうゆ	3				
上白糖	2				
みりん	2				
しょうが	1.3				
でん粉	10				
食油	5				
◎ ひじき	4				
ゆでだいず	20				
にんじん	16				
こんにやく	13				
油揚げ	7				
サラダ油	1.3				
中ざら糖	3.5	子どもの声			
こいくちしょうゆ	4				
みりん	0.8	エネルギー 674 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 19 g ナトリウム(食塩相当量) 1.7 g カルシウム 426 mg 鉄 5.2 mg マグネシウム 127 mg 亜鉛 3.1 mg ビタミンA 676 μg ビタミンB1 0.58 mg ビタミンB2 0.51 mg ビタミンC 21 mg 食物繊維 6.6 g			
◎ こまつな	50				
もやし	9				
塩昆布	1				
こいくちしょうゆ	0.5				
いりごま	1				
					献立に関連した指導内容・各教科等との関連
		楽しく会食すること	食事環境の整備	配膳前	
		健康によい食事のとり方	食事と文化	配膳中	
		食事と安全・衛生	勤労と感謝	食事前半	
		学校給食日常点検表		食事中頃	
		給食当番		食事後半	
		<input type="checkbox"/> 下痢をしている者はいない			
		<input type="checkbox"/> 発熱、腹痛、嘔吐をしている者はいない			
		<input type="checkbox"/> 衛生的な服装をしている			
		<input type="checkbox"/> 手指は確実に洗浄した		その他	