

令和元年度 学校給食年間指導計画

生駒市立学校給食センター

	今月のめあて (食に関する指導)	給食・食育だより	季節の食品	行事食・郷土料理 世界の料理など	地場産物 (県産・生駒市産)
4月	給食のきまりを守ろう (手洗い・服装について)	学校給食について 献立表の見方について	さわら・めばる・あさり・海そう・たけのこ・山菜・みつば・セロリ・じゃがいも・新たまねぎ・新ごぼう・えんどう豆・春キャベツ・グリーンアスパラガス・レタス・あまなつ・きよみオレンジ・はっさく	入学・進級お祝い献立 【沖縄県】 にんじんしりしり 他	米・米粉パン 米粉マカロニ しめじ 小松菜・ねぎ
5月	給食のきまりを守ろう (マナーについて) 給食の栄養について知ろう		あじ・あさり・かつお・きびなご・まぐろ・めばる・海そう・新じゃが・新たまねぎ・山菜・さやいんげん・春キャベツ・レタス・たけのこ・そら豆・グリーンアスパラガス・キウイフルーツ・あまなつ・かわちばんかん	子どもの日献立 八十八夜 【和歌山県】 高野どうふの卵とし	米・米粉パン しめじ・ 小松菜・ねぎ
6月	食べることの大切さについて考えよう よくかんで食べよう		あじ・あさり・かつお・きびなご・すすき・まぐろ・海そう・新じゃが・新たまねぎ・ピーマン・さやいんげん・春キャベツ・レタス・空豆・グリーンアスパラガス・なす・トマト・うめ・びわ・さくらんぼ	食育月間 歯と口の健康週間 【長崎県】 浦上そぼろ	米・米粉パン 大和まな・ねぎ 小松菜・しめじ 生駒の玉ねぎ
7月	夏の食生活について考えよう	夏の食生活について 成長期の栄養について	あなご・あゆ・いわし・うなぎ・たちうお・まぐろ・するめ・キス・はも・ピーマン・なす・かぼちゃ・とうもろこし・さやいんげん・おくら・トマト・枝豆・きゅうり・ゴーヤ・パインアップル・すいか	七夕献立 図書給食 【宮崎県】 チキン南蛮	米 ねぎ・なす しめじ 生駒の玉ねぎ
9月	朝ごはんを食べよう (生活リズムを整えよう)	朝ごはんについて	いわし・かつお・さんま・ししゃも・たこ・さば・キス・カレー・かぼちゃ・きゅうり・トマト・ピーマン・枝豆・とうもろこし・とうがん・きのこ類・さといも・さつまいも・梨・プルーン・ぶどう	敬老の日 十五夜 彼岸 【青森県】 せんべい汁	米・米粉パン しめじ・ねぎ
10月	食べ物の働きを知ろう 小…栄養三色 中…6つの基礎食品 成長期に必要な栄養素を知ろう		いわし・かつお・さんま・さば・カレー・にしん・いか・たこ・新米・さといも・さつまいも・きのこ類・白ねぎ・ほうれん草・大根・みかん・りんご・柿・くり	目の愛護デー 【三重県】 僧兵汁	米・米粉パン しめじ・ねぎ
11月	感謝して食べよう		かます・たら・さんま・にしん・はたはた・いか・たこ・さば・鮭・いわし・ししゃも・カレー・メルルーサ・さつまいも・さといも・大根・かぶ・ブロッコリー・ほうれん草・きのこ・みかん・りんご・柿	カミカミ献立 【埼玉県】 小江戸カレー	米・米粉パン しめじ・ねぎ 生駒の大根
12月	冬に食生活について考えよう 行事食に親しもう	食文化について	かます・さば・ししゃも・にしん・はたはた・ぶり・鮭・たら・いか・わかさぎ・大根・ほうれん草・水菜・かぶ・白菜・広島菜・春菊・白ねぎ・ブロッコリー・カリフラワー・みかん・りんご・柿・キウイフルーツ	冬至献立 クリスマス献立 大みそか 図書給食 【熊本県】 つぼん汁	米・しめじ・ねぎ 生駒の大根
1月	学校給食週間について知ろう	学校給食週間について	いわし・ぶり・たら・わかさぎ・鮭・にしん・ほたて貝・大根・白菜・小松菜・ほうれん草・水菜・ブロッコリー・カリフラワー・れんこん・きのこ・野沢菜・さといも・みかん・キウイフルーツ・干し柿・きんかん・いよかん・ぼんかん	正月献立 給食週間 【学校給食週間】	米・米粉パン しめじ・ねぎ 生駒の大根
2月	栄養のバランスを考えて食べよう (主食・主菜・副菜をそろえる)		さば・カレー・いか・たこ・いわし・わかさぎ・ほたて貝・にしん・大根・ほうれん草・水菜・白菜・小松菜・ブロッコリー・カリフラワー・わけぎ・いよかん・ぼんかん・キウイフルーツ	節分献立 【秋田県】 だまこ汁	米・米粉パン しめじ・ねぎ
3月	自分の食生活を振り返ってみよう	栄養バランスのよい食事について (主食・主菜・副菜)	さわら・しじみ・ほたて貝・あさり・ぶり・かじき・キャベツ・サラダ菜・からし菜・にら・菜の花・みつば・いよかん・はっさく・ネーブルオレンジ・いちご・キウイフルーツ	ひな祭り献立 卒業お祝い献立 【奈良県】 くずうどん	米・米粉パン しめじ・ねぎ

【食育の日の取組】 毎月19日は「食育の日・わ食の日」です。生駒市では、毎月19日頃に「食育の日・わ食の日」の取組をします。

- ① 地場産物(生駒市や奈良県産)の活用・・・生産者が身近で、食材が新鮮で安心できることを理解し意欲を持って食べる心を養う。
- ② 郷土料理や世界の料理、行事食の提供・・・季節や行事にちなんだ料理があることを知り、日本や外国の食文化についての理解を深める。
- ③ ★ラッキーにんじん・・・★の形に切ったにんじんを料理の中に入れ、給食に興味関心を持って残さず食べる心を養う。