

## 令和5年度 学校給食年間指導計画

生駒市立学校給食センター  
生駒市立生駒北学校給食センター

	今月のめあて (食に関する指導)	献立表	季節の食品	行事食 食育の日・わ食の日	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	あじ・かつお・かます・かれい・さす・さば・さわら・たいとびうお・めばる・わかさぎ・あさり・きぬさや・グリーンピース・そら豆・かぶ・にんじん・新たまねぎ・ごぼう・ふき・わらび・ぜんまい・春キャベツ・春レタス・みつば・せり・たけのこ・セロリ・清見・日向夏・夏みかん・かわちばんかん・デコポン・茶・はちみつ	入学・進級お祝い献立 【北海道】 豚丼	米・米粉パン しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草・粉茶
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・かつお・さす・めばる・とびうお・かれい・はも・すずき・あさり・もずく・新じゃがいも・新たまねぎ・ぜんまい・わらび・ふき・春キャベツ・レタス・たけのこ・ごぼう・かぼちゃ・きゅうり・かぶ・にんじん・セロリ・そら豆・きぬさや・グリーンピース・アスパラガス・あまなつ・夏みかん・かわちばんかん・いちご・茶・はちみつ	子どもの日献立 【長野県】 ソースかつ 野菜たっぷりみそ汁	米・米粉パン しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草
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	生駒市の玉ねぎについて	あじ・いわし・かつお・かれい・さす・すずき・とびうお・はも・たこ・しじみ・トマト・ピーマン・パプリカ・かぼちゃ・さやいんげん・グリーンピース・ズッキーニ・きゅうり・なす・ゴーヤ・とうもろこし・そら豆・にんじん・新じゃがいも・ふき・レタス・空心菜・アスパラガス・みょうが・かわちばんかん・いちご・ブルーベリー・マンゴー・梅	食育月間 歯と口の健康週間 【沖縄県】 ゴーヤチャンプルー	米・米粉パン しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草・大和まな漬 生駒の玉ねぎ
7月 8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	あじ・いわし・かれい・さす・すずき・たちうお・とびうお・はも・ほっけ・しじみ・トマト・ピーマン・パプリカ・かぼちゃ・さやいんげん・オクラ・ズッキーニ・きゅうり・なす・ゴーヤ・とうがん・とうもろこし・枝豆・夏大根・にんじん・じゃがいも・レタス・空心菜・みょうが・パイナップル・ブルーベリー・すいか・マンゴー	七夕献立 図書給食 【福井県】 さばの塩焼き	米 なす・しめじ・ねぎ 小松菜・ほうれん草 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		あじ・いわし・かつお・かます・かれい・さんま・さけ・ししゃも・すずき・たちうお・はも・ほっけ・たこ・トマト・なす・かぼちゃ・ピーマン・パプリカ・さやいんげん・冬瓜・とうもろこし・ゴーヤ・オクラ・チンゲンサイ・レタス・枝豆・なめこ・しいたけ・マッシュルーム・しめじ・里いも・さつまいも・みょうが・くり・なし・りんご・柿・ぶどう・パイナップル・クランベリー・ピーナッツ	防災の日 重陽の節句 お月見献立 【鹿児島県】 がね	米・米粉パン しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草
10月	食べ物のたらしきを知ろう 小…栄養三色 中…6つの基礎食品 よく味わって食べよう		あじ・いわし・かつお・かます・かれい・鮭・さば・さわら・さんま・ししゃも・たい・たちうお・トラ・にしん・はたはた・ぶり・ほっけ・まぐろ・パプリカ・くるみ・くり・かぶ・長いも・里いも・さつまいも・しいたけ・まいたけ・なめこ・しめじ・マッシュルーム・みょうが・りんご・ぶどう・クランベリー・柿・なし	目の愛護デー ハロウィン 【福岡県】 水炊き	米・米粉パン しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草・片平あかね 生駒のさつまいも
11月	感謝して食べよう	生駒市のさつまいもについて	新米・かつお・さわら・ほっけ・まぐろ・にしん・さば・鮭・さんま・ししゃも・かます・たら・たい・たちうお・ぶり・わかさぎ・はたはた・里いも・長いも・さつまいも・大根・かぶ・にんじん・れんこん・チンゲンサイ・大和まな・水菜・春菊・白菜・にら・ブロッコリー・カリフラワー・片平あかね・ねぎ・ほうれん草・セロリ・ごぼう・しいたけ・えのきたけ・まいたけ・なめこ・しめじ・マッシュルーム・りんご・柿・ゆず・クランベリー	いい菌の日 和食の日 【千葉県】 いわしのだんご汁	米・米粉パン・しめじ・ねぎ 小松菜・片平あかね ほうれん草・大和まな 生駒の大根・さつまいも・白菜
12月	冬の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 生駒市の大根について	さば・さわら・さんま・ししゃも・たい・トラ・にしん・はたはた・ぶり・ほっけ・まぐろ・わかさぎ・しじみ・くるみ・大根・かぶ・にんじん・ごぼう・れんこん・長いも・えのきたけ・白菜・ほうれん草・小松菜・大和まな・片平あかね・高菜・菜の花・春菊・ねぎ・白ねぎ・水菜・にら・チンゲンサイ・ブロッコリー・カリフラワー・セロリ・ゆず・みかん	冬至献立 クリスマス献立 図書給食 【神奈川県】 けんちん汁	米 大和まな・片平あかね しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草 生駒の大根・白菜
1月	全国学校給食週間について知ろう	学校給食週間について	かます・さば・さわら・たい・トラ・にしん・はたはた・ぶり・わかさぎ・しじみ・わかめ・大根・ごぼう・れんこん・長いも・えのきたけ・キャベツ・白菜・ほうれん草・小松菜・大和まな・高菜・菜の花・春菊・ねぎ・白ねぎ・水菜・にら・チンゲンサイ・せり・ブロッコリー・カリフラワー・セロリ・片平あかね・ゆず・みかん・いよかん	正月献立 給食週間 【三重県】 僧兵汁	米・米粉パン 大和まな・しめじ・片平あかね ねぎ・小松菜・ほうれん草 生駒の大根・白菜
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)	生駒市の黒大豆について	さば・さわら・たい・たら・にしん・はたはた・ぶり・わかさぎ・しじみ・わかめ・キャベツ・大根・れんこん・えのきたけ・白菜・小松菜・大和まな・高菜・片平あかね・菜の花・春菊・ねぎ・白ねぎ・水菜・にら・ブロッコリー・カリフラワー・セロリ・長いも・せり・みかん・せとこ・いよかん	節分献立 バレンタイン 【愛知県】 煮味噌	米・米粉パン 大和まな・しめじ・片平あかね ねぎ・小松菜・ほうれん草 生駒の黒大豆
3月	自分の食生活を振り返ってみよう	一年間の給食を振り返って	かます・さば・さわら・たい・にしん・はたはた・めばる・わかさぎ・しじみ・あさり・わかめ・大根・かぶ・れんこん・長いも・わらび・ぜんまい・えのきたけ・キャベツ・高菜・菜の花・春菊・にら・みつば・せり・ブロッコリー・カリフラワー・セロリ・せとこ・清見・日向夏・デコポン	ひな祭り献立 卒業お祝い献立 【大阪府】 桜餅	米 しめじ・ねぎ・小松菜 ほうれん草

【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…型抜きし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。

## 令和5年度「食」に関する指導日日程表

対 象 及 び 内 容	実 施 日	学 校 名
《小学校第1学年》  テーマ 「きゅうしょくのひみつ」  給食が学校に届くまでの様子を知らせ、給食に興味関心を持ち、残さず食べようという意欲を育てる。	5月 22日 (月) 5月 25日 (木)	生駒小学校
	5月 15日 (月)	生駒南小学校
	4月 17日 (月)	生駒北小学校
	4月 18日 (火) 4月 20日 (木)	生駒台小学校
	5月 18日 (木)	生駒東小学校
	5月 9日 (火) 5月 16日 (火)	真弓小学校
	4月 14日 (金)	俵口小学校
	5月 23日 (火)	鹿ノ台小学校
	5月 17日 (水)	桜ヶ丘小学校
	5月 8日 (月) 5月 10日 (水)	あすか野小学校
	5月 30日 (火)	壺分小学校
	5月 12日 (金)	生駒南第二小学校

対 象 及 び 内 容	実 施 日	学 校 名
《小学校第4学年》  テーマ 「じょうぶな体はじょうぶな骨から ～カルシウムの働きを知ろう～」  毎日の給食になぜ牛乳が 出されるのか？ カルシウムの働きを知ら せ、丈夫な骨を形成するた めにカルシウムは欠かせな いことを理解させ、給食や家 庭での食事を意欲をもって 食べることができる心を養 う。	9月 6日 (水) 9月 7日 (木)	生駒小学校
	12月 4日 (月)	生駒南小学校
	9月 4日 (月)	生駒北小学校
	10月 24日 (火) 10月 27日 (金)	生駒台小学校
	9月 13日 (水)	生駒東小学校
	9月 28日 (木) 9月 29日 (金)	真弓小学校
	9月 5日 (火)	俵口小学校
	9月 8日 (金)	鹿ノ台小学校
	9月 11日 (月) 9月 12日 (火)	桜ヶ丘小学校
	9月 15日 (金) 9月 19日 (火)	あすか野小学校
	11月 21日 (火) 11月 24日 (金)	壱分小学校
	9月 14日 (木)	生駒南第二小学校

※ 小学校1年生と4年生の児童を対象に教育の一環である学校給食を通して望ましい習慣の形成や「食」に関する理解を図るため、成長過程にある子どもたちや家庭及び地域に様々な情報提供を行うなど「食」に関する指導に取り組んでいます。

## 令和5年度 学校訪問について

### 小学校

栄養教諭が給食時間に配膳室や学級を訪問し、5分ほどの「食」に関するワンポイント指導を行いました。

#### 【1学期】

小学校 2年生 テーマ「マナーを身につけよう」

#### 【2学期】

小学校 3年生 テーマ「よくかんでカミカミまんになろう」

#### 【3学期】

小学校 6年生 テーマ「感謝して食べよう・食の大切さ」

※調理員と一緒に訪問

### 中学校

給食の時間に栄養教諭が各学級を訪問し 5分程度の指導

#### 【1学期】（希望校のみ→南中、上中、光中）

対 象：2年生

テーマ：姿勢よく、よくかんで食事しよう

#### 【3学期】（希望校のみ→緑中、大中、光中、南中）

対 象：2年生（南中のみ1年生）

テーマ：enjoy school lunch ※調理員と一緒に訪問

## 出前授業メニュー

番号	テーマ	学習内容・ねらい	主な対象者
1	給食ってなあに？	小学校から始まる給食。給食でどんな食べ物が登場するのかや、食事マナー等を学習する。	幼稚園児

実施日	園名
9月4日(月)	俵口幼稚園
10月18日(水)	生駒台幼稚園
11月8日(水)	あすか野幼稚園
1月26日(金)	なばた幼稚園
2月15日(木)	桜ヶ丘幼稚園