

令和4年度日野市立旭が丘小学校 食育カレンダー

		1 学期					2 学期				3 学期		
		4 月	5 月	6 月	7 月		8 ・ 9 月	1 0 月	1 1 月	1 2 月	1 月	2 月	3 月
給食指導 目標	月目標	協力して準備 や片付けをし よう	食事のマナー について考え よう	衛生に気を付 けて食べよう	夏の健康につ いて考えよう	夏 季 休 業 日	朝ごはんを食 べて生活リム を整えよう	食事と運動に ついて考えよ う	感謝して食べ よう	かぜに負けない 食事をしよう	日本の食文化 を考えよう	食べ物の働き を知って食べ よう	1 年間で学ん だことをふり 返り食べよう
	指導内容	・正しい配膳や片 付け方など食事 のマナーについ て知る。 ・給食は、自分の 体に合った一人 分の食事である ことを知る。	・食事のマナーに ついて知り、より よい給食時間に する。	・食中毒の予防に ついて知る。	・暑さに負けない 食事と水分の摂 り方を知る。 ・夏の栄養の摂り 方と健康の 3 原 則、おやつの摂り 方について知る。		・朝食をとること が生活リズムを 整えるためには 大切であること を知り、朝食を食 べ生活リズムを 整えられるよう にする。	・丈夫な体を作る には、栄養と運動 が大切なことを 理解し、実行しよ うと心がけるこ とができる。	・自然の恵みや食 べ物の尊さを知 り、食べ物を作る 人々に感謝する ことができる。 ・郷土料理や昔の 人々の知恵を知 る。	・風邪の予防のた めに好き嫌いを しないで食べよ うと心がけるこ とができる。	・お正月料理を通 して食文化を知 る。 ・正しいはしの持 ち方について理 解する。 ・魚の栄養につい て知る。	食べ物の働きを 知り、体調に合わ せた食事につい て知る。 ・根菜類、豆類の 栄養について知 る。	・望ましい食生活 への関心をもち、 実践できるよう になったか振り 返る。
日野産農産物の使用		小松菜 トマト 卵	きゅうり 小松菜 玉葱 トマト 卵	玉葱 きゅうり にんにく ピーマン なす・じゃがいも トマト・卵	玉葱・じゃがいも きゅうり にんにく ピーマン・枝豆 なす・ブルーベリー トマト・卵		じゃがいも ピーマン 小松菜・なす にんにく りんご・なし 卵	小松菜・キャベツ 大根・人参 長葱・じゃがいも さつまいも・里芋 りんご・梨 黒米・卵	小松菜・大根 キャベツ・人参 白菜・ごぼう さつまいも 八つ頭・里芋 りんご・卵	生姜・人参 長葱・小松菜 ほうれん草 じゃがいも・紫芋 キャベツ・ごぼう 八つ頭・卵	人参・大根 じゃがいも ごぼう・キャベツ 長葱・小松菜 東光寺たくあん 卵	小松菜・大根 人参・長葱 白菜 じゃがいも たるトマト 卵	小松菜・白菜 大根・人参 長葱 米・黒米 卵
特色ある献立		1 年生開始 カレーライス  旬の献立 筍ごはん 	旬の献立 鰹と高野豆腐 の揚げ煮  旬の献立 グリーンピース ごはん 	歯の衛生週間 かみかみ献立  沖縄慰霊の日 沖縄郷土料理 	七夕献立 七夕汁  旬の献立 日野産ブルー ベリーのソース 		重陽の節句 菊花ごはん  お月見献立 十五夜（芋名月） お月見汁 	旬の献立 日野産りんご 手作りジャム  お月見献立 十三夜（豆名月） 	日野産野菜の日  だしを使った 和食の日 	冬至の献立 鮭柚子みそ焼き かぼちゃごまあえ  岩手県郷土料理 ひつつみ汁 紫波町産米の ごはん 	小正月の献立 あずきごはん  東光寺大根の たくあん 岩手県紫波町産 米のごはん 	節分献立 節分ごはん  季節の献立 豆とおからの ブラウニー 	ひな祭り献立 五目ずし  3 月 1 1 日 α 化米を使用し た防災給食 
食育の取組		給食時間教室配 布（毎日） 「おいしいおた より」 1 年生 給食準備指導	給食委員会 ・ポスター作り （毎月） ・給食時間の放送 （週 2 回） 		3 年生  		農家さんから 届いた野菜  	3 年生 地元農家見学  	2 年生 さつまいも収穫  さつまいもの ケーキ 	1 年生 大根収穫  大根葉の炒め物 鮭のおろしかけ 大根のみそ汁 	学校給食週間  1 年生大根 べっこう煮 		

