

令5年度日野市立旭が丘小学校の食育

		1 学期					2 学期				3 学期		
		4 月	5 月	6 月	7 月		8 月・9 月	1 0 月	1 1 月	1 2 月	1 月	2 月	3 月
給食指導	月目標	給食について 知ろう	朝食の大切さ を知ろう	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	旬の食べ物を 知ろう	食事と運動に ついて知ろう	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 を知ろう	冬の食生活を 工夫しよう	食生活につい て考えよう
目標	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。	・朝食をとること が体に必要で あることを知 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。		・旬の食べ物は、 おいしく栄養 面でも優れて いることが分 かる。	・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。	・体を温める食事 について知る。 ・根菜類、豆類の 栄養について 知る。	・日本の伝統食と 世界の料理を 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 使用予定 (前年度参照)		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 白菜 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		進級お祝い献立  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  運動会応援献立 カツカレー 	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11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 栄養士による給 食指導 		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 	1年生 大根収穫 	学校給食週間 1年生大根 べっこう煮 		