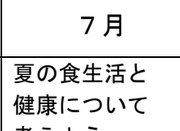
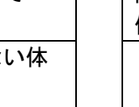
日野市立日野第三中学校の食育　（令和５年度　実績）

		１学期					２学期				３学期		
		４月	５月	６月	７月		８／９月	１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
給食指導目標	月目標	協力し、きまりを守って給食を食べよう。	楽しい雰囲気で食事をしよう。	食品や身の回りの衛生に気を付けよう。	夏の食生活と健康について考えよう。		栄養と運動との関連を理解し、体力をつけよう。	偏食をなくし、正しい食生活をしよう。	感謝して食事をしよう。	寒さに負けない体力をつけよう。	食品の組み合わせの必要性を考えよう。	給食の食事用品を大切にしよう。	１年間を締めくくり、食生活を改善しよう。
	指導内容	給食のきまり	食事の気遣い（マナー）	梅雨期の衛生	夏に負けない体		栄養と運動	偏食の防止	生産と労働への感謝	冬の食事と健康	合理的な食生活	食事用品の愛護	給食活動の反省
日野産農産物の使用		トマト　小松菜 ほうれん草 黒米 鶏卵	トマト きゅうり 小松菜 ほうれん草 黒米 鶏卵	トマト　玉葱 きゅうり　なす ピーマン じゃが芋 にんにく　バジル 黒米 鶏卵 ☆食育月間☆	トマト　玉葱 きゅうり とうもろこし かぼちゃ　バジル にんにく　オクラ モロヘイヤ じゃが芋（３色） なす　ピーマン ズッキーニ ブルーベリー 鶏卵	夏季休業日	小松菜　冬瓜 にんにく じゃが芋 なす　ピーマン かぼちゃ　梨 ブルーベリー 鶏卵	小松菜　里芋 大根　さつま芋 きゅうり　冬瓜 キャベツ にんじん ほうれん草 ネギ　ピーマン ブルーベリー 梨　りんご 鶏卵	小松菜　ネギ にんじん　大根 里芋　キャベツ さつま芋　白菜 ごぼう　ピーマン 根生姜　ごぼう ほうれん草 りんご　鶏卵	里芋　さつま芋 にんじん　ネギ じゃが芋　大根 ごぼう　小松菜 キャベツ　白菜 根生姜　ビーツ ほうれん草 ハツ頭 鶏卵 東光寺たくあん	にんじん　ネギ 里芋　大根 小松菜　白菜 ほうれん草 根生姜　黒米 じゃが芋 鶏卵 東光寺たくあん	ほうれん草 大根　小松菜 ネギ　白菜 じゃが芋　黒米 鶏卵 東光寺たくあん	大根　にんじん のらぼう　黒米 ほうれん草 さつまいも 紫さつまいも 白菜　鶏卵
特色ある献立		 **入学・進級のお祝いを込めて** お祝いフルーツポンチ **世界の料理「フランス」** 「フレンチトースト」「鮭のムニエル」	 **端午の節句** 縁起を担ぎ**鰹（かつお）**と**たけのこ**たっぷりの献立 **世界の料理「アメリカ」** 「チリチーズドッグ」	 **季節を感じるメニュー**「あじさいゼリー」 **沖縄慰霊の日** 沖縄料理づくし *平和を考える*	 **七夕の節句** 天の川をモチーフに星がちりばめられた七夕給食☆   **地元平山産カラフルポテト** お楽しみチップス！！		 **防災の日** 「わかめおにぎり」と「すいとん汁」 **郷土料理「山形県」**山形の風物詩「芋煮会」に合わせて 「いも煮」「お麩のから揚げ」	 **開校記念給食** 平山産の黒米を使用した「お赤飯」でお祝い **合唱祭応援給食** 全力の歌声がだせるよう「はちみつりんごゼリー」	 **図書コラボ給食**📖 **『ハリーポッター』**の「シェパーズパイ」、**『そしてバトンは渡された』**の「キャベツたっぷり焼き餃子」を**給食で再現** 	 **家庭科コラボ給食**（郷土料理） **愛知県名古屋市**のご当地グルメ **「小倉トースト」** **冬至** 運がつくように「ん」のつく食材たっぷりの献立	 **家庭科コラボ給食**（郷土料理） **北海道**の**「ザンギ」「芋団子汁」** **友好姉妹都市〝紫波町産米の塩むすび〟**と**日野の伝統野菜〝東光寺大根のたくあん〟**で給食が始まった当時の給食を再現	 **家庭科コラボ＆復興応援給食**（郷土料理） **石川県**の郷土料理**「ぶり大根」** **家庭科コラボ給食**（郷土料理） **和歌山県**のご当地グルメ **「みかん餅」**	 **世界の料理「シンガポール」**「シンガポールチキンライス」 大人気メニュー **3.11 を忘れない** 防災備蓄アルファ米を使用した献立
食育の取組		**★洋食文化学習** **【10 月 6 日（金）　３年生対象】**　料理、実食マナー、食器の並べ方、作法などについて実践的に学ぶ。 					**◆和食講話** **【11 月 24 日（金）　１年生対象】** 日本の食文化について学ぶ。 行事食やみそ汁の飲み比べなど。			**★和食文化学習** **【1 月 17 日（水）　２年生対象】** 	