

令和6年度日野市立大坂上中学校の食育

		1学期					2学期				3学期		
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
給食指導目標	月目標	協力し決まりを守って給食を食べよう	楽しい雰囲気です事しよう	食事や身の回りの衛生に気をつけよう	夏の食生活について考えよう		正しい食生活リズムを考えよう	バランスのよい食生活をしよう	感謝して食事をしよう	冬の食生活について考えよう	食生活に関心をもとう	日本型の食生活を見直そう	1年間の食生活を反省しよう
	指導内容	給食のきまりの徹底「牛乳を飲もう！」指導	朝食の大切さについての指導	水分補給の大切さについての指導	夏の健康と食生活について		3食食べる大切さについて	栄養バランスと生活についての指導	地産地消について知る	年末年始の食事について	かぜの予防と食生活について	食生活と生活	1年間の給食活動の反省
日野産農産物の使用		卵	キャベツ 小松菜 わけぎ トマト 卵	玉ねぎ 大根 かぼちゃ とうもろこし じゃがいも 卵	人参 じゃがいも 卵 かぼちゃ		梨 ぶどう 冬瓜 卵	姫冬瓜 キャベツ 大根 長ねぎ 里芋 小松菜 柿 りんご 卵	白菜 小松菜 長ねぎ 里芋 大根 卵 人参	ほうれん草 白菜 キャベツ 人参 大根 長ねぎ 小松菜 里芋 卵 じゃがいも 東光寺たくあん	東光寺たくあん 小松菜 大根 キャベツ トマト 卵	卵 白菜 東光寺たくあん	小松菜 トマト 東光寺たくあん 黒米
特色ある献立		入学お祝い 赤飯 飛び魚のフライ 野菜の海苔酢和え 豚汁 牛乳 	八十八夜献立 大根おろしとツナの Pasta カレースープ 抹茶蒸しケーキ 牛乳 	入梅献立 梅じゃごはん 青じそ香るおろしハンバーグ ごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 	七夕献立 ちらし寿司 いかの天ぷら そうめん汁 フルーツポンチ 牛乳 	夏 休 日	日野産りんご使用献立 ミルクパン 手作りリンゴジャム 白身魚のバジルパン粉焼き コーンスープ コロコロサラダ 牛乳 	ハロウィンチキンライス シーフードサラダ 南瓜のポターージュ 牛乳 	備蓄α米使用献立 ほうれん草ときのこのクリームスパゲティ α米のライスコロッケ 海藻サラダ 牛乳 	世界の料理 ごはん アドボ ルピシア風春巻き 大豆もやしのナムル 牛乳 	お正月献立 七草粥風スープ飯 紅白なます きんとんパイ 牛乳 	節分献立 鯛のかば焼き けんちん汁 きな粉豆 牛乳 	3年マナー教室 桜花寿司 鱈の塩焼き 筑前煮 お吸い物 果物 緑茶 
	食育の日 ツナドック マスタードサラダ シーフードチャウダー いちご 牛乳 	こどもの日献立 筍ごはん 鮭の塩焼き 大根と胡瓜のピリ辛和え ちゃんこ汁 牛乳 	歯と口の健康週間 ごはん かみかみふりかけ チヂミ風卵焼き 酸辣湯スープ ひじきの和え物 牛乳 	世界の料理 なすのポロネーゼ 風 魚のバジルパン粉焼き ビーンズサラダ 牛乳 	日野産トマトのトマトピューレ 黒砂糖パン オムレツのトマトソースがけ ヌードルスープ コールスローサラダ 牛乳 		合唱祭応援献立 カレーピラフ ミネストローネ はちみつレモンケーキ 牛乳 	開校記念日献立 赤飯 鶏肉の唐揚げ ツナとわかめの和え物 澄まし汁 牛乳 	冬至の日 わかめご飯 鱈のゆず味噌かけ 南瓜と大豆のごまがらめ けんちん汁 牛乳 	紫波町姉妹都市締結記念献立 ご飯(紫波町産米) 東光寺たくあんのピリ辛炒め イナダの照り焼き 胡麻和え 豆腐とわかめの味噌汁 牛乳 	ひのっこシェフコンテスト受賞献立 日野産野菜ごろごろミートソースラス まめまめサラダ スイートポテト 牛乳 	ひな祭り献立 菜の花ちらし寿司 焼き鮭 春野菜とツナの和え物 3色フルーツ白玉 牛乳 	
食育の取組		学校給食について知ろう。給食のきまりの徹底をはかる。	体育祭へ向けて健康的な食生活を送れるようにする。	日本食と外国の食事の違いについて学ぼう。	水分をしっかりとって夏を乗り切ろう。		和食の素晴らしさを知ろう。箸の正しい持ち方を学ぼう。			お正月に向けて「我が家のお正月食」について調べよう。	行事食、日本の食文化について学ぼう。	食事のマナーについて、改めて学ぼう。	食事のマナーについて、マナー教室を開いて学ぼう。

