

令和元年度日野市立大坂上中学校 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 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	楽しい雰囲気です食事をしよう	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	夏 休 日	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			キャベツ 小松菜 わけぎ 大根 卵	トマト きゅうり じゃがいも 卵	とうもろこし じゃがいも きゅうり 卵 かぼちゃ なす 玉葱 トマト		じゃがいも かぼちゃ りんご 卵	さつまいも じゃがいも キャベツ 小松菜 人参 りんご 卵	さつまいも じゃがいも キャベツ 大根 卵 人参	大根 長ねぎ 小松菜 里芋 白菜 人参 卵	東光寺たくあん 小松菜 大根 人参 里芋 卵	卵 長ねぎ 人参 大根	ほうれん草 長ねぎ 小松菜 トマト 大根
特色ある献立		入学お祝い 菜の花寿司 擬製豆腐 沢煮椀 いちご 牛乳 	端午の節句 ごま塩ご飯 はたはたの唐揚げ 野菜の海苔酢和え 豚汁 牛乳 	歯と口の健康週間 ご飯 鯖のごま味噌かけ 野菜の海苔和え 生揚げと小松菜の味噌汁 牛乳 	七夕献立 七夕五目寿司 五目卵焼き そうめん汁 メロン 牛乳 	夏 休 日	防災の日 ミラノ風ドリア (α化米) ジュリエンヌ スープ フルーツ ミックス 牛乳 	旬の食材 ポークビーンズ ライス 野菜スープ 果物(梨) 牛乳 	オリパラ献立 ガパオライス 春雨スープ みかん 牛乳 	オリパラ献立 さつまいもご飯 鮭の塩焼き ツナサラダ ちゃんこ汁 牛乳 	お正月献立 ご飯 海苔の佃煮 松風焼き 紅白なます すまし汁 牛乳 	節分献立 秋刀魚のかば焼き丼 豚汁 きな豆 牛乳 	3年7-教室 はしの使い方 魚の上手な食べ方等、和食のマナーをしっかり身につけましょう。 
	食育の日 麦ごはん 煮魚 のり酢和え 豚汁 牛乳 	旬の食材 グリンピースご飯 五目卵焼き アーモンド和え けんちん汁 牛乳 	旬の食材 麦ご飯 昆布の佃煮 豆腐のハンバーグ ゆでとうもろこし わかめとじゃがいもの味噌汁 牛乳 	沖縄料理 タコライス ゴーヤ入り野菜 チップス わかめスープ 牛乳 	オリパラ献立 ピザパン わかめのサラダ ニョッキの スープ 牛乳 		食育の日 ご飯 くるみちりめん 揚げじゃが いものそぼろ煮 大豆もやしと茎わかめのサラダ 牛乳 	授業(家庭科)で考えた献立 ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜の ごま和え 味噌汁 手作りプリン 牛乳 	冬至の日 里芋ご飯 いなだの ゆず味噌かけ 芋きんぴら すいとん 牛乳 	紫波町姉妹都市締結記念献立 ご飯 東光寺沢庵の ピリ辛炒め 焼き鮭 大根の おかか和え まめぶ 牛乳 	オリパラ献立 ご飯 アドボ わかめとビーフンのスープ 果物(りんご) 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。		スポーツと食事の関係について知ろう。	食欲の秋にちなんで食べ物について知ろう。野菜の大切さを知ろう。	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。