

令和2年度 給食献立及び食育指導資料の年間計画について

令和2年度4月現在

月	月目標	献立作成の配慮 ※1	行事	特色ある献立	千葉市の農産物※2	季節の食材※4	食育指導資料		
							給食だより(対象:保護者)	掲示用資料(対象:生徒)	家庭配布用※3
4月	中学校給食について知ろう	◎新入生の給食活動に配慮する。 ◎春を感じられる献立の工夫をする。 ◎配膳しやすい献立の工夫をする。	5日 始業式 8日 入学式 (1年生給食説明会)	<入学・進級おめでとう献立> 赤飯 <春の味覚を味わう献立>	ほうれん草 こまつな	キャベツ 清見オレンジ さわら 甘夏	中学校給食の栄養と役割 <特集号 1年生のみ配布> 給食センターの仕組みと様子について知ろう	・ 一〇メモ ・ 放送用資料 ・ 学級掲示用食育資料 ・ 配膳表	
5月	朝食を食べよう	◎体育祭に向けて体力をつける献立の工夫をする。 ◎配膳しやすい献立の工夫をする。	2日 八十八夜 5日 端午の節句 (1年生給食説明会)	<体育祭応援献立>	ほうれん草 春夏にんじん こまつな	たけのこ かつお 美生柑	朝食の役割 <コラム>朝食レシピ 中学生が作れる朝食レシピ		
6月	よくかんで食べよう	◎かむことを意識した献立を取り入れる。 ◎カルシウムを多くとる工夫をする。 ◎食中毒防止のため、食品の選択と調理の工夫をする。	食育月間 4日 歯と口の衛生週間 15日 千葉県民の日 19日 食育の日	<よくかんで食べよう献立> <食育の日市内共通献立> 春夏にんじん	じゃがいも ほうれん草 春夏にんじん こまつな	新じゃがいも 新たまねぎ そら豆 梅 アスパラガス メロン	かむことの効用 <コラム>かみかみレシピ		食育の日
7月	食事の衛生について考えよう	◎食中毒防止のため、食品の選択と調理の工夫をする。 ◎手洗いの重要性を感じられる献立の工夫をする。 ◎食欲をそそる献立の工夫をする。 ◎夏の野菜を多く取り入れる。	13,14,16,17,19~21日 総合体育大会	<市内産じゃがいもを使った献立> <夏の味覚を味わう献立> <2020東京オリンピック・パラリンピック応援メニュー>	じゃがいも こまつな	なす きゅうり トマト とうもろこし メロン あじ	手洗いの必要性和正しい手洗い <コラム>給食センターの食品衛生 <夏の特集号> 夏の食事(水分摂取)		東京2020オリパラ応援
9月	栄養のバランスがとれた食事をしよう	◎主食・主菜・副菜・汁物(飲み物)のそろった食事を考え、栄養バランスのとれた献立を工夫する。 ◎食欲をそそる献立の工夫をする。 ◎食中毒防止のため、食品の選択と調理の工夫をする。	13日 十五夜 11日 英語発表会 25日 駅伝大会 (学校訪問)	<お月見献立>	こまつな	なす 里芋 さば なし ぶどう	主食・主菜・副菜・汁物(飲み物)の揃った食事(日本型食生活)		
10月	残さず食べよう	◎偏食をしないで残さず食べられるよう苦手な食品を食べやすいように工夫する。 ◎地域の産物を取り入れる。 ◎食欲の秋、スポーツの秋であるので、質・量ともに充実した食事の工夫をする。 ◎新米を味わう献立の工夫をする。	14日 体育の日 10日 目の愛護デー 18日 千葉市民の日 24,25日 音楽発表会 (学校訪問)	<千葉市民の日市内共通献立> 市内産米 <秋の味覚を味わう献立>	こまつな 米	さんま 里芋 さつま芋 きのこ みかん	食品ロス <コラム>米について(市内産新米)		市民の日
11月	地域の産物について知ろう	◎千葉市農産物を利用するなど、感謝の気持ちを育てる食事の工夫をする。 ◎地産地消がわかる献立の工夫をする。 ◎秋を感じられる献立の工夫をする。	8日 立冬 15日 七五三 23日 勤労感謝の日 24日 和食の日 6日 ダンス発表会 (学校訪問)	<市内産キャベツを使った献立> <市内産こまつなを使った献立> <地産地消にちなんだ献立>	秋冬にんじん こまつな キャベツ ほうれん草 ブロッコリー 米	大根 白菜 れんこん さけ みかん かき りんご	地産産物について(地産地消) <コラム>生産者への感謝の気持ち		
12月	日本の伝統的な食事について知ろう	◎和食のよさが伝えられる献立の工夫をする。 ◎冬の野菜を多く取り入れる。 ◎風邪を予防する食事の工夫をする。 ◎体を温める食事の工夫をする。	22日 冬至 (学校訪問)	<冬至にちなんだ献立> <市内産ブロッコリーを使った献立> <千葉氏ゆかりの地特別献立>	秋冬にんじん 米 こまつな ほうれん草 ブロッコリー	にんじん ブロッコリー 大根 白菜 ほうれん草 りんご みかん	伝統食・行事食を知ろう <コラム>給食レシピ 冬至 <冬の特集号> 冬の食事		千葉氏
1月	学校給食について考えよう	◎給食の役割や献立の移り変わりを感じられるように工夫をする。 ◎伝統料理、郷土食、地場産物を取り入れる。 ◎風邪を予防する食事の工夫をする。 ◎体を温める食事の工夫をする。	7日 七草 11日 鏡開き 24~30日 全国学校給食週間	<受験生応援献立> <伝統料理(正月料理)を味わう献立> <学校給食週間市内共通献立> 秋冬にんじん <冬の味覚を味わう献立>	秋冬にんじん こまつな ほうれん草 白菜	ねぎ いなだ こまつな ほうれん草 いよかん	学校給食週間について知ろう		給食週間
2月	健康を考えた食事をしよう	◎「まごわやさしい」食材を取り入れる。 ◎風邪を予防する食事の工夫をする。 ◎体を温める食事の工夫をする。	3日 節分 4日 立春	<節分にちなんだ献立> <まごわやさしい献立> 豆 <冬の味覚を味わう献立>	秋冬にんじん こまつな ほうれん草	こまつな ほんかん いよかん ほうれん草 はっさく	生活リズム <コラム>給食レシピ		
3月	1年間の食生活を振り返ろう	◎楽しい思い出になるように工夫をする。 ◎春らしい彩りを考慮する。	3日 桃の節句 13日 卒業式 24日 終業式	<桃の節句> <卒業おめでとう献立> ちらしご飯	秋冬にんじん こまつな ほうれん草	ほうれん草 かぶ さわら でこぼん	1年間の食生活を振り返って <コラム>職場体験		

* 献立のねらい、食に関する知識、食習慣、衛生管理などについて伝える

※1 献立作成上の配慮について・・・◎は月目標に関連する項目 ○は季節や行事を考慮して配慮が必要な項目

※2 千葉市の農産物について・・・太字は市内小中特別支援学校共通献立に使用予定

※3 家庭配布用資料について・・・千葉市産農産物を使った市内小中特別支援学校共通献立を実施し、献立の内容について保健体育課給食係より各学校へ家庭配布用資料が配布されます。学校で印刷して家庭に配布してください。

※4 季節の食材について・・・食材の都合により季節の食材を提供できないことがありますので、ご了承ください。