

平成30年度 嘉麻市学校給食年間献立計画

	4	5	6	7	8・9	10	11	12	1	2	3
			☆食育月間☆				☆福岡県産地産消費月間☆		☆給食週間☆		
給食目標・内容	協力して準備や後片付けをしよう ・安全な運搬や配膳 ・手際良い準備や後片付け (手洗い・身支度・配膳台・テーブル・食器等)	正しく配膳しよう ・食器の並べ方、盛り付け方	衛生に気をつけて給食を食べよう ・正しい手洗い ・給食当番の健康チェック ・衛生的な準備と後片づけ	1学期のマナーのめあてをふりかえろう ・正しい姿勢のふり回り	好き嫌いをなく食べよう ・赤、黄、緑の食べもの ・献立や食物の名前を知る	楽しく食べよう ・食事環境の工夫 ・会食の場にふさわしい会話	よくかんで食べよう ・よくかむことのよさを知る ・歯を丈夫にする食べ物を 知る	2学期のマナーのめあてをふりかえろう ・正しい箸の持ち方のふりかえり	感謝して食べよう ・給食にかかわる人々の仕事 ・食べものの命 ・給食ができるまで	ウイルスに負けない体を作ろう ・正しい手洗い ・食事と休養	1年間のマナーのめあてをふりかえろう ・正しい姿勢、正しい箸の持ち方、交互に食べるのふりかえり
マナーの目標	正しい姿勢				正しい箸の持ち方				交互に食べる		
食に関する指導の目標・内容	私たちの給食について知ろう ・おいしい給食のひみつを知ろう (作る人の紹介・調理員の紹介、物資・業者の紹介)	朝ご飯を食べよう ・朝ご飯の大切さを知ろう ・バランスのとれた朝ご飯	歯を丈夫にしよう ・歯によい食べ物 ・しっかりとんで食べよう	夏を元気にすごそう ・暑い時の水分補給 ・夏バテ防止の食事	食事で生活リズムを取り戻そう ・元気な一日は朝ご飯から (早寝・早起き・朝ご飯)	和食のよさについて知ろう ・日本型食生活・伝統食	地産地消について知ろう ・食べものの大切さ(自然の恵み) ・地域でとれる食べもの ・生産者	冬を元気にすごそう ・風邪を予防する食事 ・冬の食生活	学校給食について知ろう ・学校給食の歴史 ・学校給食の意義	バランスのよい食事をしよう ・赤・黄・緑の食べものとの働き	一年間の給食をふりかえろう ・みんなで協力して楽しい給食時間をすごせたか ・好き嫌いをなく食べることができたか
かまっ子の日	筍(筍と高野豆腐の煮物)	玉ねぎ(わかさぎのマリネ)	じゃが芋(新じゃがの煮物)	ピーマン(ピーマンとじゃこの炒め物)	梨(梨のサラダ)	りんご(りんごのサラダ)	れんこん(れんこんとひじきのごま酢和え)	大根(大根のみそ煮)	ブロッコリー(ブロッコリーの天ぷら)	ほうれん草(ほうれん草の磯香和え)	キャベツ(春キャベツのサラダ)
行事食	祝入学・進級	八十八夜(5.2) 子どもの日(5.5)	むし歯予防デー(6.4) 食育の日(6.19) 沖縄慰霊の日(6.23)	七夕(7.7)	敬老の日(9.17) 十五夜(9.24)	目の愛護デー(10.10)	大相撲九州場所 いい歯の日(11.8) 和食の日(11.24)	冬至(12.22) クリスマス	正月(1.1) 七草(1.7) 給食週間(1.21-25)	節分(2.3)	ひな祭り(3.3) 東日本大震災の日(3.11) 卒業祝い
ご飯	・赤飯 ・たけのごこ飯	・ピースご飯 ・カレーチャーハン ・中華風菜めし	・大豆ご飯 ・キムタクご飯	・五目寿司 ・ガーリックライス	・枝豆ご飯 ・ひじきご飯 ・トンちゃん丼	・さつま芋ご飯 ・焼肉丼	・吹き寄せごはん ・赤米ご飯 ・嘉麻めし	・里芋ご飯 ・牛じゃこご飯 ・チキンライス	・黒豆ご飯 ・嘉麻めし ・キムチご飯	・ひじきご飯 ・カレーピラフ ・切干大根入りご飯	・ちらし寿司 ・赤飯 ・乾パン
カレー	カレー	・ポークカレー	・ピーンストライカレー ・チキンカレー	・夏野菜のカレー	・カレー ・なすとひき肉のカレー	・チキンときのこのカレー	・ピーンズカレー	・冬野菜のカレー	・根菜のカレー	・ポークカレー	・カツカレー
麺	・五目うどん ・ちゃんぽん ・スパゲティボートソース	・山菜うどん ・野菜ラーメン ・スパゲティホリタン	・肉うどん ・焼きそば ・ひじきスパゲティ	・焼きうどん ・キムチ入り焼きそば ・ミートソーススパ(大豆)	・ジャージャー麺 ・スパゲティホリタン	・焼きうどん ・野菜ラーメン ・和風スパゲティ	・カレーうどん ・チャンボン ・ペンネのミートソース煮	・すき焼きうどん ・坦々麺 ・クリームスパゲティ	・七草うどん ・野菜ラーメン ・たらこスパゲティ	・けんちんうどん ・坦々麺 ・スパゲティミートソース	・きつねうどん ・焼きそば ・ペンネのクリーム煮
郷土料理	佐賀県:かけ和え	宮崎県:チキン南蛮	沖縄県:クファジュシー	和歌山県:とふの粉の煮物	長崎県:皿うどん	鹿児島:鶏飯	熊本県:タイビーエン	愛知県:ひきずり	福岡県:がめ煮、水炊き	青森県:せんべい汁	大分県:だんご汁
世界の料理	ベトナム:フォー	韓国:ビビンバ	ロシア:ビーフストロガノフ	インドネシア:ナシゴレン	メキシコ:チリコンカン	スペイン:パエリア	ドイツ:リンゼンズッペ	中国:回鍋肉	フランス:ポトフ	アメリカ:ポークビーンズ	イタリア:ミネストローネ
汁もの(洋)	・洋風かきたま汁 ・ミネストローヌ ・コンクリームスープ	・野菜スープ	・トマトとレタスのスープ ・わかめスープ ・あさりのチャウダー	・中華コーンスープ ・たこボールスープ	・春雨スープ ・ミートボールと白菜のスープ	・チーズ入りスープ ・中華風コーンスープ ・きのこシチュー	・パスタスープ ・白菜のスープ	・カボチャポタージュ ・冬野菜のシチュー ・白いんげんのスープ	・ワンタンスープ ・カレーシチュー	・あさりのチャウダー ・押し麦スープ	・ビーフンスープ
汁もの(和)	・味噌汁(キャベツ) ・豚汁 ・沢煮椀 ・すまし汁	・味噌汁(ごぼう) ・魚そうめん汁 ・若竹汁	・味噌汁(玉ねぎ) ・沢煮椀	・味噌汁(なす) ・魚そうめん汁	・味噌汁(かぼちゃ) ・きのこ汁 ・冬瓜汁	・味噌汁(切干大根) ・豆腐汁 ・さつま汁	・味噌汁(きのこ) ・だぶ ・豚汁 ・魚そうめん汁	・味噌汁(白菜) ・白菜のそぼろ汁 ・ほうとう	・味噌汁(大根) ・かきたま汁	・味噌汁(小松菜) ・すまし汁 ・だぶ	・味噌汁(切干大根) ・沢煮椀 ・豆腐汁
煮物他	・高野豆腐の煮物 ・マーボー豆腐 ・春キャベツのサラダ	・高菜ピーマン ・茎わかめのきんぴら ・焼き肉風煮 ・スイートえんどう塩 ・たけのこの卵とじ ・フレンチサラダ	・ごぼうサラダ ・八宝菜 ・じゃがいものスープ煮 ・五目大豆 ・ポークビーンズ ・高野豆腐とじゃがいもの煮物	・なすのひき肉炒め ・野菜の煮込み ・みそカツ ・ラタトゥイユ風煮 ・高菜と枝豆の炒り煮	・マーボー春雨 ・じゃが豚キムチの煮物	・秋野菜のクリーム煮 ・じゃが芋のカレー煮	・五目大豆 ・大学芋 ・厚揚げの中華煮 ・高野豆腐の卵とじ ・ちゃんこ鍋 ・ミルクおから ・ポークビーンズ ・豆ポテサラダ	・冬野菜のシチュー ・味噌煮込みおでん ・キムチ鍋	・八宝菜 ・大根のみそ煮 ・すきやき風煮 ・がめ煮	・ポークビーンズ ・八宝菜 ・ごま入り肉じゃが ・キャロットサラダ	・じゃが豚キムチの煮物 ・牛肉と大根の煮物 ・ほうれん草とツナのごま和え
旬の食材	わかめ・たけのこ・アスパラ・きくらげ・しいたけ・玉ねぎ・にら・パセリ・みつば	グリーンピース・玉ねぎ・にら・お茶の葉	ごぼう・ねぎ・新じゃが・きゅうり・ピーマン・トマト・しらす・ぼし・あじ	トマト・なす・きゅうり・ゴーヤ・ピーマン・かぼちゃ	なす・ピーマン・巨峰・梨・枝豆・かぼちゃ・オクラ・ゴーヤ・冬瓜・ねぎ	新米・れんこん・さつま芋・ねぎ・りんご・きのこ類・ブルーベリー・栗	柿・里芋・りんご・白菜・ねぎ・みかん・チンゲン菜・れんこん・五穀米	ほうれん草・小松菜・かぶ・白菜・ねぎ・椎茸・大根・里芋	春の七草・水菜・かぶ・春菊・小松菜	大豆・小松菜・れんこん・人参・ブロッコリー・切り干し大根・ほうれん草	ほうれん草・いちご・キャベツ・菜の花・みつば
魚	さわら・たい	あじ・きびなご・かつお・さわら	あじ・きす・いわし・きびなご・かつお・さわら	あじ・きす・いわし	いわし・きす・かつお・鮭・さんま	いわし・さんま・鮭・さば	鮭・ししゃも・さば	さば・ししゃも・たら・ぶり	たら・わかさぎ・ぶり	たい・わかさぎ	たい・わかさぎ