

2024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・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 ・正しい姿勢のふりかえり	◎好き嫌いをなく食べよう ・赤、黄、緑の食べ物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 ・食事のマナーを見直す	◎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	○歯を大切にしよう ・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(早餐・早起き・朝ご飯)	○旬の良さについて知ろう ・旬の食材を知る ・旬の良さを知る(地場産物)	○和食のよさについて知ろう ・日本型食生活・伝統食	○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・緑の食べものとその働き	○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 (若竹汁)	じゃがいも (新じゃがの煮物)	アスパラ (アスパラサラダ)	ピーマン (チンジャオロース)	なす (マーボーなす)	さつまいも (さつまいものみそ汁)	白菜 (白菜のそぼろ汁)	里芋 (里芋のみそ煮)	大根 (大根のみそ煮)	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(5.1) 子どもの日(5.5)	歯の衛生週間 食育の日(6.19) 沖縄慰霊の日(6.23)	七夕(7.7)	野菜の日(8.31) 敬老の日(9.16) 十五夜(9.17)	目の愛護デー(10.10)	いい歯の日(11.8) 和食の日(11.24)	冬至(12.21) クリスマス	正月(1.1) 七草(1.7) 旧正月(1.29) 給食週間	節分(2.2) バレンタイン(2.14) 東日本大震災の日	ひな祭り(3.3) 卒業祝い
ご飯	・赤飯・焼肉丼 ・たけのこご飯	・ビースご飯 ・中華丼 ・かしわご飯	・大豆ご飯(ひみこ) ・クワファージュシー ・キムタクご飯	・五目寿司 ・豚丼	・ガーリックライス ・焼肉丼 ・わかめご飯	・コーンご飯 ・豚肉丼	・マーボー丼	・チキンライス	・中華丼 ・嘉麻めし	・カレーピラフ ・カンパン	・ちらし寿司 ・赤飯
カレー	カレー	・ポークカレー	・キーマカレー ・ビーンズカレー	・夏野菜のカレー	・挽肉と夏野菜のカレー ・チキンときのこカレー	・秋野菜のカレー	・ビーンズカレー	・冬野菜のカレー	・根菜のカレー	・ビーンズカレー	・カツカレー
麺	・五目うどん ・スパゲティミートソース	・野菜ラーメン ・ナポリタン	・山菜うどん ・焼きそば	・焼きうどん	・焼きそば ・ナポリタン	・坦々うどん ・クリームスパゲティ	・あさり入りちゃんぽん ・和風スパゲティ	・カレーうどん	・きつねうどん	・焼きそば ・具うどん ・ソイミートスパゲティ	・けんちんうどん
郷土料理	長崎県:浦上そばろ	福岡県:かしわご飯	沖縄県:クワファージュシー	愛知県:みそカツ	鹿児島県:鶏飯・がね	宮崎県:チキン南蛮・切干大根のみそ汁	栃木県:かんぴょう入りけんちん汁	青森県:せんべい汁・バラ焼き炒め	福岡県:水炊き、がめ煮、いわしぬかみそ	熊本県:タイピーエン	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	インド:キーマカレー	イギリス:スコッチブロス	アメリカ:ジャンバラヤ	ドイツ:リンゼンズuppe、ジャーマンポテト	タイ:ガバオライス	中国:回鍋肉	フランス:ポトフ	イタリア:ミネストローネ	カナダ:サーモンシチュー
まごは(わ)やさしい	和食	まめ	ごま	わかめ(海藻)	野菜	魚	椎茸(きのこ)	芋	うま味	発酵食品	一汁三菜
取り入れた食品	・わかめ・たけのこ	・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・しらすばし・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・切干大根・ほうれん草	・ほうれん草・いちご・キャベツ・菜の花・みつば
汁もの(洋)	・押し麦スープ ・ミネストラスープ ・クリームシチュー	・野菜スープ ・わかめスープ ・中華コーンスープ	・押し麦のスープ ・トマトとレタスのスープ ・あさりのチャウダー ・ビーフンスープ	・春雨スープ ・野菜スープ ・サンラータン ・茎わかめのスープ	・白いんげん豆のスープ ・ワンタンスープ ・ビーフンスープ ・ミネストラスープ ・野菜スープ	・ビーフンスープ ・野菜スープ ・ミートボールと白菜のスープ ・ミネストラスープ ・中華コーンスープ	・平麺のビーフンスープ ・押し麦のスープ ・ミルクスープ ・ポークシチュー	・野菜スープ・ミルクスープ ・茎わかめのかき玉汁 ・ワンタンスープ ・ミネストラスープ ・ビーフンスープ	・ビーフシチュー ・押し麦のスープ ・カレーシチュー ・クリームシチュー	・白いんげん豆スープ ・あさりのチャウダー ・わかめスープ ・野菜スープ	・コーンクリームスープ ・押し麦のスープ
汁もの(和)	・味噌汁(ごぼう・豆腐) ・豚汁・若竹汁 ・沢煮焼 ・魚そうめん汁	・味噌汁(キャベツ・つみれ) ・けんちん汁 ・豆腐汁・鶏ごぼう汁 ・すまし汁(わかめ)	・味噌汁(なす・かぼちゃ・玉ねぎ) ・もずく汁・豆腐汁 ・すまし汁(ふ・わかめ) ・豚汁	・魚そうめん汁 ・豆腐汁 ・味噌汁(キャベツ・なす)	・味噌汁(豆腐・つくね・じゃがいも) ・豚汁 ・鶏ごぼう汁・豆腐汁 ・冬瓜汁・きのこ汁	・味噌汁(さつまいも・豆腐) ・鶏ごぼう汁 ・けんちん汁 ・すまし汁(麩)	・味噌汁(里芋・ごぼう団子) ・きのこ汁 ・けんちん汁 ・白菜のそぼろ汁	・豆腐汁 ・だぶ・ほうとう ・味噌汁(さつまいも)	・さつま汁 ・味噌汁(里芋) ・七草汁・豆腐汁 ・けんちん汁	・味噌汁(大根) ・豚汁 ・白菜のそぼろ汁 ・のっぺい汁・豆腐汁	・味噌汁(じゃがいも) ・沢煮焼 ・はんぺんのすまし汁
煮物他	・高野豆腐の煮物 ・マーボー豆腐 ・肉じゃが ・ハヤシライス ・ごぼうといりこのカリカリ揚げ・厚揚げの中華煮	・マーボーじゃが ・筍と高野豆腐の煮物 ・野菜の煮込み ・酢味噌和え ・磯辺煮 ・ジャージャー豆腐 ・豆腐のチリソース	・マーボー豆腐 ・肉団子とレバーアーモンドがらめ ・じゃがいものそぼろ煮 ・ポークビーンズ ・高野豆腐の煮物 ・八宝菜・五目大豆	・ごま入り肉じゃが ・野菜の煮込み ・ジャージャー豆腐	・八宝菜 ・厚揚げの中華煮 ・ゴーヤチップス ・マーボーなす ・じゃがいものそぼろ煮 ・ポークシチュー ・マーボー春雨	・ハッシュドポーク ・筑前煮 ・肉じゃが ・ジャージャー豆腐 ・韓国風すきやき ・五目大豆 ・じゃが豚キムチの煮物	・ちゃんこ鍋・磯辺煮 ・野菜のにこみ(がんも) ・ミルクおから・鶏すき ・ポークビーンズ ・味噌煮込みおでん ・高野豆腐の卵とじ ・豆腐のチリソース ・りっちゃんサラダ	・白菜のクリーム煮 ・ポークシチュー ・豚肉と大根の煮物 ・ジャージャー豆腐 ・厚揚げの中華煮 ・春雨のさっぱり炒め	・ハッシュドビーフ ・がめ煮・白玉雑煮 ・くじらのケチャップがらめ ・博多水炊き ・大根のみそ煮 ・八宝菜	・おでん ・豆腐のチリソース ・ポークビーンズ ・ごま入り肉じゃが ・五目大豆 ・高野豆腐の煮物	・キムチ鍋 ・ハッシュドポーク ・野菜の煮込み ・マーボー豆腐 ・中華丼
魚	・さわか照焼 ・さばの生姜煮 ・ホキフライ	・さばコチュジャン揚げがらめ ・かつお ・あじフリッター	・キスフライ・ししゃも ・いわしカリカリフライ	・あじのかば焼き ・いかなり	・さんま・いかフライ ・きびなご ・めひかりフライ	・さば ・いかな ・さんま	・さば ・さんま ・ししゃも	・いわし ・さんま ・さば	・ぶり ・いかな ・鮭	・いわし・ししゃも ・さんま ・きびなご	・キスフライ ・さわか