

R8年度 堺市献立年間計画（小学校）

		4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
題材		給食について知ろう ①食事の重要性	食事のマナーを身につけよう ⑤社会性	よくかんで食べよう ②心身の健康	暑さに負けない体を作ろう ③食品を選択する力	バランスよく食べよう ②心身の健康	自然の恵みに感謝して 食べよう ④感謝の心	食に関わる人々に 感謝して食べよう ④感謝の心	寒さに負けない体を作ろう ③食品を選択する力	食文化について知ろう ⑥食文化	堺のめぐみについて知ろう ⑥食文化	給食をふりかえろう ①～⑥	
食育目標	目標	給食に興味・関心を持って、 楽しく給食を食べることができる	食事のマナーを身に付け、 周りの人と会食を楽しむことができる	咀嚼と健康の関連を知り、よく 噛んで食べる習慣を身につけようとする	暑い時期を健康に過ごすために 大切な食材や料理を摂ることができる	自分の食生活を見つめ直し、 健康や成長のために主食・主菜・ 副菜のそろった望ましい食生活を実践しようとする	自然の恵みに感謝し、環境や 資源に配慮した食生活を実践しよう とすることができる	生産者など食事に関わる人々に 感謝し、残さず食べようとする	寒い時期を健康に過ごすために 大切な食材や料理を摂ることができる	伝統的な食文化や食に関わる 歴史等に興味・関心をもつことができる	地元の食材の生産・流通・消費 について理解することができる	1年間の給食や食生活について ふりかえることができ、望ましい 食生活を実践しようとする	
	中学校	日常の食事に興味・関心を持ち、 食環境と自分の食生活との関わりを知る	食事のマナーを身に付け、 気持ちよく会食を楽しむことができる	咀嚼の効果を知り、噛み応え のある食材を食事に取り入れようとする	熱中症予防に効果的な食材や旬の 食材を知り、食事に取り入れることができる	健康や成長のために重要な栄養素 を知り、主食・主菜・副菜のそろった 望ましい食生活を実践しようとする	食品ロスについて考え、環境や 資源に配慮した食生活を実践しよう とすることができる	生産者など食に関わる人々に感謝し、 残さず食べようとする	風邪予防に効果的な食材や旬の 食材を知り、食事に取り入れることができる	伝統的な食文化や食に関わる 歴史等に興味・関心をもつことができる	地元の食材の生産・流通・消費 について理解することができる	1年間の自分の食生活について 見つめなおすことができ、望ましい 食生活を実践しようとする	
	小学校 高学年	日常の食事に興味・関心を持ち、 3食規則正しく食事をとることの 大切さを理解する	・音を立てずに食べることができる ・自分で正しく食器を並べることができる ・よくないマナーとされている 嫌いな箸を知り、使わないように にする	よく噛むことの大切さと、噛み 応えのある食べ物が分かり、よく 噛んで食べようとする	暑い時期に体に必要な栄養素と その働きを知る	健康や成長のためにバランスの よい食事がよいことを理解し、 実践しようとする	自然の恵みに感謝し、食品ロス の視点を持ち、食べものを大切に しようとする	食事にかかわる多くの人々に感謝し、 残さず食べようとする	寒い時期に体に必要な栄養素と その働きを知る	日本の伝統的な食文化や食に関 わる歴史等に興味・関心をもつ ことができる	地元の食材の生産・流通・消費 について理解することができる	1年間の給食や食生活について ふりかえることができ、望ましい 食生活を実践しようとする	
	小学校 中学年	日常の食事に興味・関心を持ち、 楽しく食事することが心身の健康に 大切なことが分かる	・よい姿勢で食べることができる ・食器の正しい並べ方が分かる ・箸を正しく使うことができる	よく噛むことの大切さが分かり、 よくかんで食べようとする	暑い時期の食材や料理を食べる 大切さが分かる	健康や成長のためにいろいろな 食べ物を組み合わせることで バランスよく食べようとする ことができる	自然の恵みに感謝し、食べものを 大切にしようとする	食事が多くの人々の苦勞や努力に 支えられていることを知る	寒い時期の食材や料理を食べる 大切さが分かる	先人によって培われてきた多様な 食文化があることが分かる	給食に使われている堺市の食べ 物が分かる	1年間の給食や食生活について ふりかえることができ、食事が 心身の健康に大切なことが 分かる	
	小学校 低学年	食べ物に興味・関心を持ち、 楽しく食事ができる	・食べ物をこぼさないように食器 を持って食べることができる ・配膳図通りに食器を並べることが できる ・箸の正しい持ち方が分かる	よく噛むことが、脳や体に大切 であることを知る	暑い時期の食材や料理の名前が 分かる	好き嫌いせずに食べると体に よいことが分かる	動物や植物を食べて生きてい ることが分かり、残さず食べよう とする	食事のあいさつの大切さが 分かる	寒い時期の食材や料理の名前が 分かる	季節や行事にちなんだ料理がある ことが分かる	堺市でとれた食べ物が給食に使 われていることを知る	1年間の給食や食生活について ふりかえることができる	
献立の 関連事項	題材と関連した 食材や献立	・親しみのある献立	・和食 ・魚、豆など箸使いを学べる 食材や献立	・かみごたえのある食材や献立 ・カルシウムを多く含む食材 や献立	・夏が旬の食材や献立 ・酢を使った献立	・主食・主菜・副菜・汁物のそ ろった献立	・食品を無駄なく使うことが できる献立(卵の花、乾物など)	・地場産物を使った生産者の 思いを学べる献立	・冬が旬の食材や献立 ・しょうがを使った献立や、あ んかけなど体の温まる献立	・正月献立 ・給食週間にちなんだ献立	・堺市産の食材を使った献立	・節目としての儀式を祝う献立 (卒業祝い献立)	
	食文化 の伝承		端午の節句		七夕		月見		冬至	正月	節分	桃の節句	
	行事	行事食		食育月間 歯と口の健康週間			目の愛護デー	いい歯の日	お楽しみ	給食週間			卒業祝い献立
	その他					防災の日		* 姉妹都市(パークレー) 11/24和食の日				* 姉妹都市(ウェリントン)	
	堺っこ献立	堺のたまねぎスープ(たまねぎ)		こぶうどん(こんぶ)		くるみもち		小松菜コロッケ(小松菜)		鶏肉の土手焼き風(大根)			
旬の食材	さわら・いわし・キャベツ・三度豆・アスパラガス・えんどう豆 きぬさや・新たまねぎ・たけのこ・わかめ・そら豆・にら・新茶 いちご・甘夏		あじ・はも・なす・じゃがいも・三度豆・ピーマン・なす とうもろこし・トマト・とうがんと枝豆・オクラ・かぼちゃ きゅうり・ズッキーニ・にがうり・レタス・モロヘイヤ 梅・もも・きす・たちうお・あなご		さけ・さんま・なす・ピーマン・かぼちゃ・とうがんと さつまいも・きのこ・さといも・大根・くり・りんご・ぶどう オクラ・ズッキーニ・いちじく		さんま・さば・さけ・小松菜・ほうれん草・白菜 さといも・大根・春菊・ごぼう・ブロッコリー・かぶ おおさかしろな・れんこん・白ねぎ カリフラワー・りんご・ゆず たら・みかん		ぶり・さば・たら・小松菜・にら・白菜・さといも・大根・ブロッコリー かぶ・にんじん・れんこん・白ねぎ・カリフラワー・水菜 春菊・おおさかしろな・わかめ・ひじき・レモン ゆず・みかん・いちご ほうれん草・菜の花・鯛・甘夏				
地場産物	小松菜	小松菜・たまねぎ	小松菜・たまねぎ・にんじん	(小松菜)・たまねぎ なす・にんじん	(小松菜)・なす	(小松菜)	(おおさかしろな)・小松菜 (春菊)・(水菜)・ほうれん草	(おおさかしろな) キャベツ・小松菜 (春菊)・大根・白菜 ブロッコリー・(水菜) ほうれん草	(おおさかしろな) カリフラワー・キャベツ 小松菜・にんじん (春菊)・大根・白菜 ブロッコリー・(水菜)	米 (おおさかしろな) カリフラワー・キャベツ 小松菜・にんじん (春菊)・大根・白菜 (水菜)	米 (おおさかしろな)・小松菜 (春菊)・(水菜)		

※地場産物の()のものは1日1区のみの使用となります

R8年度堺市献立年間計画（中学校）

		4月	5月	6月	7月	8・9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
題材		給食について知ろう ①食事の重要性	食事のマナーを身につけよう ⑤社会性	よくかんで食べよう ②心身の健康	暑さに負けない体を作ろう ③食品を選択する力	バランスよく食べよう ②心身の健康	自然の恵みに感謝して 食べよう ④感謝の心	食に関わる人々に 感謝して食べよう ④感謝の心	寒さに負けない体を作ろう ③食品を選択する力	食文化について知ろう ⑥食文化	堺のめぐみについて知ろう ⑥食文化	給食をふりかえろう ①～⑥
食育目標	目標	給食に興味・関心を持って、楽しく給食を食べることができる	食事のマナーを身に付け、周りの人と会食を楽しむことができる	咀嚼と健康の関連を知り、よく噛んで食べる習慣を身につけようとする	暑い時期を健康に過ごすために大切な食材や料理を摂ることができる	自分の食生活を見つめ直し、健康や成長のために主食・主菜・副菜のそろった望ましい食生活を実践しようとする	自然の恵みに感謝し、環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする	生産者など食に関わる人々に感謝し、残さず食べようとする	寒い時期を健康に過ごすために大切な食材や料理を摂ることができる	伝統的な食文化や食に関わる歴史等に興味・関心をもつことができる	地元の食材の生産・流通・消費について理解することができる	1年間の給食や食生活についてふりかえることができ、望ましい食生活を実践しようとする
	中学校	日常の食事に興味・関心を持ち、食環境と自分の食生活との関わりを知る	食事のマナーを身に付け、気持ちよく会食を楽しむことができる	咀嚼の効果を知り、噛み応えのある食材を食事に取り入れようとする	熱中症予防に効果的な食材や旬の食材を知り、食事に取り入れることができる	健康や成長のために重要な栄養素を知り、主食・主菜・副菜のそろった望ましい食生活を実践しようとする	食品ロスについて考え、環境や資源に配慮した食生活を実践しようとする	生産者など食に関わる人々に感謝し、残さず食べようとする	風邪予防に効果的な食材や旬の食材を知り、食事に取り入れることができる	伝統的な食文化や食に関わる歴史等に興味・関心をもつことができる	地元の食材の生産・流通・消費について理解することができる	1年間の自分の食生活について見つめなおすことができ、望ましい食生活を実践しようとする
	小学校 高学年	日常の食事に興味・関心を持ち、3食規則正しく食事をとることの大切さを理解する	・音を立てずに食べることができる ・自分で正しく食器を並べることができる ・よくないマナーとされている嫌いな箸を知り、使わないようにする	よく噛むことの大切さと、噛み応えのある食べ物が分かり、よく噛んで食べようとする	暑い時期に体に必要な栄養素とその働きを知る	健康や成長のためにバランスのよい食事がよいことを理解し、実践しようとする	自然の恵みに感謝し、食品ロスの視点を持ち、食べものを大切にしようとする	食事にかかわる多くの人々に感謝し、残さず食べようとする	寒い時期に体に必要な栄養素とその働きを知る	日本の伝統的な食文化や食に関わる歴史等に興味・関心をもつことができる	地元の食材の生産・流通・消費について理解することができる	1年間の給食や食生活についてふりかえることができ、望ましい食生活を実践しようとする
	小学校 中学年	日常の食事に興味・関心を持ち、食の健康に大切なことが分かる	・よい姿勢で食べることができる ・食器の正しい並べ方が分かる ・箸を正しく使うことができる	よく噛むことの大切さが分かり、よくかんで食べようとする	暑い時期の食材や料理を食べる大切さが分かる	健康や成長のためにいろいろな食べ物を組み合わせ、バランスよく食べようとする	自然の恵みに感謝し、食べものを大切にしようとする	食事が多くの人々の苦労や努力に支えられていることを知る	寒い時期の食材や料理を食べる大切さが分かる	先人によって培われてきた多様な食文化があることが分かる	給食に使われている堺市の食べ物が分かる	1年間の給食や食生活についてふりかえることができ、食事が心身の健康に大切なことが分かる
	小学校 低学年	食べ物に興味・関心を持ち、楽しく食事ができる	・食べ物をこぼさないように食器を持って食べることができる ・配膳図通りに食器を並べることができる ・箸の正しい持ち方が分かる	よく噛むことが、脳や体に大切であることを知る	暑い時期の食材や料理の名前が分かる	好き嫌いせずに食べると体によいことが分かる	動物や植物を食べて生きていくことが分かり、残さず食べようとする	食事のあいさつの大切さが分かる	寒い時期の食材や料理の名前が分かる	季節や行事にちなんだ料理があることが分かる	堺市でとれた食べ物が給食に使われていることを知る	1年間の給食や食生活についてふりかえることができる
献立の関連事項	題材と関連した食材や献立	・親しみのある献立	・和食 ・魚、豆など箸使いを学べる食材や献立	・かみごたえのある食材や献立 ・カルシウムを多く含む食材や献立	・夏が旬の食材や献立 ・酢を使った献立	・主食・主菜・副菜・汁物のそろった献立	・食品を無駄なく使うことができる献立(卵の花、乾物など)	・地場産物を使った生産者の思いを学べる献立	・冬が旬の食材や献立 ・しょうがを使った献立や、あんかけなど体の温まる献立	・正月献立 ・給食週間にちなんだ献立	・堺市産の食材を使った献立	・節目としての儀式を祝う献立(卒業祝い献立)
	行事	食文化の伝承	端午の節句	七夕	月見				冬至	正月	節分	
	行事食	入学・進級お祝い献立		食育月間 歯と口の健康週間		目の愛護デー	いい歯の日	11/24和食の日		給食週間		
	その他											
	堺っこ献立 アピール食材	たまねぎ			こんぶ		なす		小松菜		米	
旬の食材	さわら にら・キャベツ・きぬさや 新たまねぎ・たけのこ わかめ・いちご	アスパラガス・えんどう豆 にら・新たまねぎ・キャベツ	あじ・はも じゃがいも・かぼちゃ・冬瓜 三度豆・ピーマン・きゅうり 枝豆	あじ なす・とうもろこし・トマト ピーマン・冬瓜・枝豆 オクラ・かぼちゃ・きゅうり ズッキーニ・モロヘイヤ にがうり・三度豆・セロリ	さけ なす・ピーマン・かぼちゃ 冬瓜・にがうり・ぶどう	さけ さつまいも・きのこ・さといも 大根	さんま・さば・さけ 小松菜・ほうれん草・白菜 さといも・大根・れんこん 白ねぎ・きのこ	さば・たら 小松菜・ほうれん草・白菜 さといも・大根・かぶ れんこん・ごぼう・白ねぎ 春菊・カリフラワー・キャベツ ゆず・りんご・レモン	ぶり・さば 小松菜・白菜・キャベツ さといも・大根・かぶ にんじん・れんこん 白ねぎ・カリフラワー 春菊・おおさかしろな ゆず・レモン・りんご	ぶり・さば 小松菜・ほうれん草 白菜・さといも・大根 かぶ・にんじん・白ねぎ 春菊・カリフラワー キャベツ・ひじき	さわら 小松菜・にら・たけのこ わかめ・いちご	
地場産物	小松菜	小松菜・たまねぎ	小松菜・たまねぎ・にんじん	(小松菜)・たまねぎ なす・にんじん	(小松菜)・なす	(小松菜)	(おおさかしろな)・小松菜 (春菊)・(水菜)・ほうれん草	(おおさかしろな) キャベツ・小松菜 (春菊)・大根・白菜 ブロッコリー・(水菜) ほうれん草	(おおさかしろな) カリフラワー・キャベツ 小松菜・にんじん (春菊)・大根・白菜 ブロッコリー・(水菜)	米 (おおさかしろな) カリフラワー・キャベツ 小松菜・にんじん (春菊)・大根・白菜 (春菊)・大根・白菜・(水菜)	米 (おおさかしろな)・小松菜 (春菊)・(水菜)	

※地場産物の()のものは1日1区のみの使用となります