

月	月 目 標	指 導 内 容	献立表・一口メモなど	行事食・旬の献立等	地産産の野菜等 (市産/県産)
4	◎給食の準備をきちんとしよう	・給食当番の身支度 ・安全な運搬や配膳 ・準備や後片付け ・食器の扱い方、置き方	・学校給食の紹介 ・献立表の見方 ・準備や後片付け ・清潔な身支度 ・安全な運搬や配膳	入学・進級お祝い献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	ほうれんそう キャベツ キャベツ アスパラガス パセリ 葉ねぎ れんこん
5	◎食事のマナーを考えよう ◎食べ物の働きを知ろう	・食事中の姿勢 ・交互食べ(口中調味) ・食べ物の働き	・端午の節句 ・よい食べ方 ・食べ物の働き(3つのグループ)(※6)	端午の節句献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	たまねぎ ほうれんそう キャベツ キャベツ パセリ 葉ねぎ 甘夏みかん
6	◎衛生に気をつけて食事をしよう ◎歯を丈夫にする食べ物について考えよう	・食中毒に気をつける ・正しい手洗い ・かむことの大切さ(○※8) ・歯とカルシウム ・カルシウムを多く含む食品	・食育月間(○※1) ・食中毒の予防 ・歯と口の健康週間 ・よい歯を作る ・地産地消について(○※5)	カルシウムの多い献立 カミカミ献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	たまねぎ きゅうり ほうれんそう じゃがいも キャベツ たまねぎ キャベツ
7	◎夏の食事について考えよう	・上手な水分補給 ・上手なおやつを選び方 ・夏野菜について	・七夕 ・夏バテ対策 ・糖分のとり過ぎについて	七夕献立 食欲増進献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	なす きゅうり じゃがいも たまねぎ ピーマン ミニトマト アスパラガス きゅうり トマト だいこん ピーマン パセリ 葉ねぎ みかん
9	◎朝食を食べよう(○※4)	・朝食の役割 ・朝食をおいしく食べる工夫(○※4)	・朝食の大切さ(○※4) ・生活リズムの大切さ ・運動と栄養	月見献立 食欲増進献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	なす きゅうり ピーマン だいこん 葉ねぎ なし
10	◎バランスよく食事をしよう(※6) ◎季節の食べ物について知ろう	・生活習慣病の予防 ・食品ロスについて(※13) ・減塩について(○※7)	・日本型食生活 ・目によい食品 ・食塩は控えめに(○※7)	目によい献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理 (月見献立) ハロウィン献立	きゅうり ほうれんそう キャベツ だいこん 葉ねぎ れんこん みかん
11	◎感謝して食べよう ◎規則正しい食事をしよう	・感謝の心(○) ・食前食後の挨拶(○) ・残さず食べよう ・給食に関わる人々の仕事 ・三度の食事 ・郷土料理の日(○※14)	・食前食後の挨拶(○) ・間食について ・いい歯の日 ・地産地消について(○※5) ・和食について(※14)	カミカミ献立 地場産給食(○※5) やまぐち郷土料理の日(○※14) 世界の料理 和食の日献立(※14)	キャベツ ほうれんそう はくさい はくさい さつまいも きゅうり だいこん はくさい 葉ねぎ れんこん キャベツ はなっこりー みかん
12	◎寒さに負けない食事をしよう	・かぜの予防 ・体の調子を整える栄養素 ・冬野菜について	・かぜの予防 ・冬至について	クリスマス献立 冬至献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	高菜 さつまいも にんじん ほうれんそう はくさい キャベツ ブロッコリー 葉ねぎ だいこん はなっこりー みかん
1	◎学校給食について考えよう	・学校給食のあゆみ	・学校給食週間について ・郷土料理について(○※14) ・地産地消について(○※5)	学校給食週間 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 正月料理 世界の料理	じゃがいも さつまいも 青ねぎ・白ねぎ たまねぎ にんじん 高菜 ほうれんそう キャベツ れんこん 葉ねぎ キャベツ 春菊 みかん ぼんかん
2	◎食べ物と健康について考えよう(※6) ◎楽しく食事をしよう(共食)(○※2)	・食事環境の工夫 ・植物性たんぱく質について	・家族や仲間と楽しく食事をする(○※2) ・はしの持ち方 ・大豆・大豆製品 ・「食」の安全について(※15)	節分献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理	じゃがいも ほうれんそう にんじん キャベツ れんこん 葉ねぎ みかん いよかん
3	◎1年間の給食をふりかえろう	・健康によい食事のとり方(※7) ・災害時の食について	・桃の節句 ・一年間の反省 ・健康の3本柱 ・食品の備蓄について	桃の節句献立 卒業お祝い献立 地場産給食(○※5) 郷土料理(○※14) 世界の料理 防災給食	ほうれんそう アスパラガス れんこん キャベツ 葉ねぎ

○ : 第3次周南市食育推進計画と関連のあるもの

※ : 第4次食育推進基本計画と関連のあるもの

◎ : 月目標が2つある月は、上段が学校での目標、下段は上段と共に栄養士として指導していきたい目標としてとらえてください。