<給食指導のねらい> 自らの健康を考えて食事をすることができる子どもの育成					
月	学校給食の月目標	指導内容	行事等 (★リクエスト)	行事食 季節のメニュー	旬の食材
4	給食の準備や後 片付けを上手にし よう	準備や後片付けを上 手にする。	入学式 1年生給食開始 (★小学校先 生)	しまんとの日献立(10日) 入学・進級祝い献立(20	いちご・清見オレンジ
月				日) いたどりの炒め物 えんどうごはん	たまねぎ・レタス・にんじん・だいこん・たけの 市内 こ・こまつな・キャベツ・いたどり・干ししいた け・パセリ・えんどう豆・いたどり
5	正しい食事の仕 方を身につけよう	三角食べをする。	こどもの日 (★中学校先 生)	子どもの日献立(2日) かつおめし たけのこごはん ぜんまいの酢の物	美生かん・きびなご・小夏・赤玉ねぎ・かつお
月		正しくお箸を持つ。			だいこん・ねぎ・たまねぎ・たけのこ・にんじ 市内 ん・ほうれん草・ぜんまい・こまつな・干ししい たけ・パセリ
6	衛生に気をつけて 食事をしよう	手洗いをきちんとす る。 むし歯	むし歯予防	かみかみ献立(2日) きびなごの青のりあげ 新じゃが料理 かみかみサラダ 食育月間(6月)	びわ・すもも・しいら・メロン
月		清潔な身支度で配膳 する。	(★下田中、利岡小)		にんじん・だいこん・たけのこ・なす・キャベツ・ 市内 じゃがいも・ねぎ・きゅうり・たまねぎ・干ししい たけ・パセリ
7	好き嫌いせず食 べよう	給食はバランスのとれ た食事であることを知 る。	七夕 土用の丑 (★中村小、大 用小)	七夕献立(7日) トマトサラダ 夏野菜カレー オクラのスープ ちらし寿司	とうもろこし・スイカ・はすいも・メロン
月					にんじん・たまねぎ・にら・きゅうり・ねぎ・じゃ 市内 がいも・なす・かぼちゃ・ゴーヤ・ピーマン・ キャベツ・干ししいたけ・パセリ
9	食物の栄養を知 ろう	食品の3つの働きが分 かり、グループ分けが できる。	運動会 (★蕨岡小、中 筋小)	十五夜献立(29日) はすいもの酢の物 オクラのおかか和え ピーマンのおかかあえ なすとミンチのカレー	梨
月					たまねさ・かはちゃ・ビーマン・きゅうり・じゃか いも・にら・こまつな・さつまいも・パセリ・はす いも いも
10	よくかんで食べよ う	よくかんで食べると消 化によいことを知る。	十五仮 体育の日 (★恵山筋小	芋ごはん きのこカレー さんまの塩焼き 元気サラダ	栗・柿・りんご・ごぼう・ぶしゅかん
月		骨や歯を丈夫にする食 品を知る。			市内 かぼちゃ・たまねぎ・にら・しょうが・さといも・ さつまいも・ピーマン・ねぎ・こまつな・パセリ
11	残さず食べよう	自分の適量を知る。	勤労感謝の日 (★中村中、大 用中)	和食の日献立(24日) いも天 さといもの煮物 ぐる煮 チンゲン菜のクリーム煮	きのこ・みかん
月		感謝して食べる。			さといも・さつまいも・たまねぎ・こまつな・しょ 市内 うが・チンゲンサイ・にんじん・にら・かぶ・か ぽちゃ・パセリ
12	時間内に食べよ う	みんなと同じ早さで食 べる。	冬至 クリスマス	冬至・クリスマス献立 (22日) 日) 大根のそぼろ煮 酢かぶ かぼちゃのシチュー	りんご・みかん
月		手際良く準備や後片付 けをする。	(★具同小、中 村西中)		ねぎ・にんじん・さつまいも・たまねぎ・根深ね 市内 ぎ・だいこん・かぼちゃ・こまつな・はくさい・パ セリ
1	地域の産物を知 ろう	地域の合なり郷土料		ぶりの塩焼き 七草汁 学校給食週間 (1月24日~30日)	ぶり・みかん・ぽんかん
月					にんじん・こまつな・さつまいも・だいこん・ね 市内 ぎ・じゃがいも・さといも・レタス・干ししいたけ・ パセリ・ブロッコリー
2		気持ちよく「いただきます」「ごちそうさま」が言える。	(★竹島小、下	節分献立(3日) いわしのつみれ汁 はりはりづけ ブロッコリーのかつおあえ 節分豆	ぽんかん・しいたけ・なばな・いよかん・キウイフルーツ
月	感謝して食べよう				市内 チンゲンサイ・はくさい・だいこん・さといも・に んじん・干ししいたけ・パセリ
3	1年間の給食に ついて反省しよう	卒業 衛生に気をつけて食事 ができた。 ・ 本業	お別れ遠足 卒業式	ひなまつり献立(1日) ちらし寿司 フルーツバイキング 菜花のおひたし ひなあられ	いちご・ぶんたん・はるか・あおさ
月					にんじん・キャベツ・だいこん・はくさい・ほうれ 市内 ん草・レタス・小松菜・ねぎ・さといも・干ししい たけ・パセリ・なばな
	地域の食材 毎週 (火)曜	ものいっぱいの日」 に着目した献立を実施 日	 施します。	通年 ミディト の ※市内 食材【高知県庭	・減農薬)・土佐ジロー・四万十牛・きゅうり・ ・マト・ゆず酢・ぶしゅかん酢・ 引加工 : しょうゆ・みそ(JA) 全】
⇒「 かみかみの日 」					

^{*「}市内」は、市内農業者で組織された「環境にやさしい農業のための研究会」の、無・減農薬収穫予定作物です。