

平成30年度 給食食育年間表

ねらい	年間を通して食に関することを学ぶ。自分で収穫し、食べる楽しさを知る。				
	食育活動	行事	献立・クッキング等★	旬の食材など	指導内容・献立の留意点
4月	春の食材さがし(浜大根・つくしとり・桜)		お花見団 筍の煮物、アスパラ炒め 苺を使ったおやつ作り★	花見団子 筍、アスパラガス 苺	春の食材をみつけ、調理する所を見る または、においをかぐ・食する 食べやすいよう献立工夫
5月	春の食材さがし(よもぎとり) よもぎ団子を作る えんどう豆のさやとり こいのぼりハンバーグにトッピングする そら豆のさやとり きいちご摘み	子どもの日	よもぎ団子★ かしわもち えんどう豆ご飯★ こいのぼりハンバーグ そら豆(茹で) きいちごジャム★	よもぎ さやえんどう そらまめ	よもぎ摘み(食べない) 食べなれている献立を中心に盛り付ける量など、無理なく食べられるよう個人に合わせて必要な配慮をする 活動量が多く食欲が増す時期
6月	夏野菜を育てる(枝豆・トマト、とうもろこし ピーマン・じゃがいも・きゅうり・ゴーヤ) ピザトースト作り(ピーマン・ミニトマト) 梅干し作り①(へたとり、洗う、下漬け) 梅干し作り②(しその葉とり、洗う)	市祭献立 虫歯予防デー	ゴーヤチャンブル かみかみメニュー ピザトースト★ 梅干し★ 紫陽花ゼリー	ゴーヤ ピーマン・ミニトマト うめ 赤シソ	食中毒に気を付ける 暑さで食欲がなくなる時期 噛み応えのある料理(おやつ)を取り入れたり、切り方などを工夫しよく噛んで食べるように促す 梅干しづくりの指導①②
7月	梅干し作り③(しその葉漬け) 親子夏野菜カレー作り(皮むき・包丁) 育てた夏野菜の収穫・皮むき サンドウィッチ作り・餃子作り 親子ピザ作り	水室の日 七夕会食 土用の丑	水室まんじゅう、ちくわ 天の川スープ・天の川ゼリー うなぎの卵とじ 夏野菜カレー★ トマトジュース★ サンドウィッチ★ 餃子★ コーンピザ★	すいか うなぎ なす、おくら トマト きゅうり とうもろこし	梅干しづくりの指導③ 夏野菜を収穫し季節を感じる 冷たい献立や、スタミナup、食欲が増す献立にする 食材の洗い方・切り方、包丁の使い方の指導 様々な人と食事を共にする機会を作る 自分で野菜を育てることにより、命の大切さを知らせ食べ物大切にしている気持ちを育てる ピザの指導
8月	梅干し作り④(しその粉作り) 加賀野菜を学ぶ 金時草の葉とり 育てた夏野菜の収穫・食する 枝豆さや取り 育てた野菜のマヨネーズ焼き(包丁)		シソの粉★ 太きゅうりのそぼろあん 金時草のサラダ じゃがいもの素揚げ★ ゆでえだまめ★ ピーマンマヨネーズ焼き★	ふときゅうり 金時草 じゃがいも えだまめ ピーマン・トマト	梅干しづくり④ ふときゅうりの展示 生の金時草と茹でた金時草の触り比べ えだまめのゆで方 包丁の使い方の指導
9月	秋の味覚探し おはぎを作る(黄粉、あんこをつける) しいたけを収穫しクッキング お月見団子を作る(黄粉をつける)	お彼岸 防災の日 お月見	秋鮭のムニエル おはぎ★ しいたけのソテー お月見団子★	鮭 新米 しいたけ	秋野菜を収穫し季節を感じる 涼くなるため食欲が出てくる しいたけを使ってなにをつくるのか考え、クッキングに導く。 自分で調理をし食べること意欲を持たせる
10月	さつまいもを収穫しクッキング (手洗いの指導)	芋ほり	焼き芋★ さつまいもの茶巾絞り★ 栗蒸しパン、きのこシチュー	さつまいも くり、きのこ	芋を掘り、自分たちで洗い、ホイルをまく 体をよく動かす為、食欲が増す時期 発注量に気を付ける
11月	お豆などを使って箸の使い方を学ぶ 正しい姿勢	七五三	赤飯風ご飯		お箸の使い方の指導 姿勢の話
12月	クリスマスケーキ作り(トッピングなど)	クリスマス 冬至 年越し	クリスマスケーキ 年越しうどん	かぼちゃ ぶり	体をあたためる献立作り
1月	お正月料理を学ぶ	お正月 七草の日	おせち料理 (黒豆、なます、治部煮など) 七草粥	七草 かぶ	おせち料理のお話 七草の展示 体調を崩しやすい時期
2月	おもちつき (餅をつく、黄粉、あんこをつける)	おもちつき 節分	福まめ・鬼まんじゅう けんちん汁、いわしの生姜煮		あんこをおもちにつける作業 衛生管理の指導
3月	お別れ会の準備(年中児)クッキング等 クッキー作り	おひなまつり お別れ会食	ひなあられ・三色花ゼリー うしお汁、菜の花の胡麻和え 顔クッキー★	なのはな はまぐり	お別れ会での準備(クッキング等)の指導 年長児にプレゼントする