

# 令和 6 年 度 献 立 計 画

相模原市教育委員会では、令和 6 年度における市立小中学校等の給食の充実向上を図るため、文部科学省が策定した「学校給食実施基準」及び「相模原市食育推進計画」に基づいて「献立計画」・「年間食育計画及び献立計画」を定めました。

各学校及び学校給食センターは、当該計画をもとに、それぞれの実情等に応じて献立を作成し、食育を実施することとします。

また、デリバリー方式の中学校給食においても、当該計画をもとに献立作成及び食育を実施することとします。

さらに学校給食を普及啓発することにより、児童や生徒、保護者、給食の提供に関わる多くの市民などに対して学校給食の大切さを改めてご理解いただくように努めていきます。

## 1 給食実施回数

児童生徒一人当たり年間 185 回喫食（単独調理場 186 回、共同調理場 188 回稼働）を基準とします。

（ただし、中学 3 年生及び義務教育学校 9 年生は年間 169 回喫食）

## 2 給食のかたち（完全給食）

(1) 主 食 … 米飯（自校米飯・委託米飯）、パン、麺類

※米・パンは、公益財団法人神奈川県学校給食会規格を基本とします。

(2) 牛 乳 … 牛乳（みかんジュース等を含む）

(3) おかず … 行事食、おたのしみ献立、郷土料理等の幅広い献立を検討します。

また、地場農産物等もできるだけ取り入れていきます。

## 3 給食の基本的な考え方

給食は、豊かな、多様性に富んだ魅力ある食事内容となるよう創意工夫し、次の点に留意して作成します。

(1) 学校給食に求められる社会的ニーズを把握し、給食を生きた教材として活用し、食に関する指導を効果的に行えるよう配慮します。

(2) 各校の教育目標に沿って交流給食やイベント給食等、児童や生徒が楽しみに待つ給食を企画することに努めます。

(3) 献立は、児童生徒が季節感や地域性を感じ取れるような行事食や郷土料理を取り入れます。また、国際理解の観点から、外国料理の導入などの工夫に努めます。

- (4) 米飯給食は、食料自給率の向上や日本の伝統的な食文化である和食の継承を目指します。
- (5) 「食育の日」(毎月19日)を活用し、地場農産物を取り入れ、継続的な食育を推進します。
- (6) 献立作成にあたり、栄養教諭及び管理栄養士・栄養士は研究活動を行うとともに児童や生徒をはじめ、給食主任、給食調理員など関係教職員等の意見を把握し、献立に反映するように努めます。
- (7) 給食用食材は、季節のものを取り入れ、原則として国産、できるだけ地場農産物等を使用するよう努めます。
- (8) 野菜や肉などの生鮮食品については、地域の業者や生産者から直接購入することに努めるとともに、農業協同組合等とは定期的な情報交換を行います。
- (9) 食材については産地確認を行い、必要に応じて食品検査・放射性物質等の検査を実施し、安全な給食を提供できるように努めます。
- (10) 調理においては、手作りを基本とします。
- (11) 献立は、原則として加熱調理をするものとします。文部科学省が策定した「学校給食衛生管理基準」に基づき、常に食材の品質、鮮度等の吟味や食品の取り扱い(清潔、迅速、温度)に注意し、安全で衛生的な給食の提供に努めます。

#### 4 献立作成

給食回数年間185回のうち93回は、相模原市学校給食運営協議会基準献立作成委員会が作成した「さがみはらの給食」を活用します。また、残り92回は、各小学校及び学校給食センターの栄養教諭及び管理栄養士・栄養士が施設ごとに創意工夫し、特色を生かしつつ、実情に応じた献立を作成します。

デリバリー方式の中学校給食については、教育委員会の管理栄養士・栄養士が献立作成します。

以 上

# [令和6年度年間食育計画及び献立計画]

\* 学校の実情に応じて変更し、活用する。

目標: 自ら健康について考え、望ましい食生活を実践できる児童生徒の育成

		4 月	5 月	6 月	7 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	
食育計画	題材	給食について知ろう	朝食の大切さを知ろう	よく噛んで食べよう	夏の食事について考えよう	食事と運動について考えよう	旬の食べ物について知ろう	郷土の味にふれよう	食物繊維をとろう	冬の食事について考えよう	豆類に親しもう	バランスのよい食べ方を考えよう	
	ねらい	給食を通して食べ物に関心をもつことができる	朝食をとることが体に必要であることがわかる	よく噛むことの大切さがわかる	暑さに負けない食事と水分のとり方を理解する	運動の大切さと食事との関係について理解する	季節にあった食べ物があることがわかる	郷土料理の特色がわかる	食物繊維の働きを理解する	寒さに負けない食事の取り方を理解する	豆類の栄養と加工食品を理解する	バランスよく食べることが健康や成長に必要であることを理解する	
	小学生	低学年	給食にはいろいろな食べ物が入っていることがわかる	朝食をとることが体に必要であることがわかる	よく噛むことが脳や体に大切であることがわかる	三食食べるのと体によいことがわかる	しっかりと食べて運動すると体が丈夫になることがわかる	季節にあった食べ物があることがわかる	郷土料理がわかる	食物繊維は体の中で大切な働きをすることがわかる	かぜを予防するには何でも食べることが大切になることがわかる	豆類が体によい食べ物であることがわかる	いろいろな食べ物を組み合わせることで体によいことがわかる
		中学年	食べ物の働きがわかる	バランスのとれた朝食について理解する	よく噛むことの大切さが分かり、よく噛んで食べることができる	三食食べるのと体によいことがわかる	丈夫な体を作るには栄養と運動が大切なことがわかる	旬(季節にあった)の食べ物があることがわかる	郷土料理にはいわれや願いがあり、昔の人の知恵を理解することができる	食物繊維の大切さと食物繊維が多い食べ物を理解することができる	かぜを予防するための食事について理解することができる	豆類の栄養と働きを知り、食べることができる	バランスのよい食事とは、いろいろな食べ物を組み合わせる食べることができる
		高学年	食べ物にはそれぞれ異なる働きがあることを理解する	自分で作れるバランスのとれた朝食を考えることができる	よく噛むことの大切さと、噛みごたえのある食べ物があり、よく噛んで食べることができる	三食食べることの必要性を理解する	丈夫な体を作るには栄養と運動が必要であり、実行することができる	旬の食べ物があり、栄養面にもすぐれていることを理解する	郷土料理の特色を知り、昔の人の知恵と工夫がわかる	食物繊維の大切さと食物繊維が多い食べ物を理解することができる	抵抗力を高めてかぜを予防する食事について理解することができる	豆類の栄養や加工食品についてわかり、すすんで食べることができる	バランスのよい食事をすると健康や成長によいことを理解し、実践することができる
中学生	中学生に必要な栄養バランスのとれた食事について理解する	バランスのとれた朝食を自分で用意することができる	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ることができる	三食食べることの必要性を理解する	丈夫な体を作るには栄養と運動が必要であり、実行することができる	旬の食べ物があり、栄養面にもすぐれていることを理解する	郷土料理の特色を理解し、地産産物の使用につながることを理解する	食物繊維が多く、不足しがちな食品群(豆類、野菜類)について知り、すすんで食べることができる	生活リズムを整え、抵抗力を高める食事をとることが、かぜの予防につながることを理解する	豆類の栄養や加工食品について理解し、すすんで食べることができる	バランスのよい食事をすると健康や成長によいことを理解し、望ましい食生活を実践することができる		
献立計画	行事	始業式 入学式	八十八夜 立夏 こどもの日 運動会	歯と口の健康週間 入梅 夏至 食育月間 13日「はやぶさ給食」	七夕 土用の丑	重陽(菊の節句) 敬老の日 十五夜(17日) 秋分の日 運動会	目の愛護デー 十三夜(15日) スポーツの日 ハロウィン	いい歯の日 市制記念日 七五三 立冬 勤労感謝の日 学校給食展 さがみはら大好き給食週間 和食の日	冬至 クリスマス 大晦日	正月 鏡開き 成人の日 全国学校給食週間 31日「節分豆まめ給食」	節分 立春	ひな祭り 卒業式 修了式 春分の日	
	ねらい	入学進級を祝う 春を感じる	健やかな成長を願う 初夏を感じる	よくかんで食べる 衛生に気をつける	暑さに負けない食事	秋の訪れを感じる	秋の味覚を楽しむ	郷土の味にふれる 和食について考える	冬野菜のおいしさを 味わう	寒さに負けない食事	豆類に親しむ	春を迎える喜び 給食の思い出	
	季節の食品	新じゃがいも さやえんどう みつば 新たまねぎ うど 甘夏みかん 桜 鱈	グリーンアスパラガス たけのこ 空豆 グリーンピース 新茶 美生柑 ひじき かつお さくらえび	さやいんげん しそ 梅 メロン きす しいら	とうがん 太刀魚 うなぎ	栗 菊 梨 早生みかん さんま	栗 柿 みかん 鯖 鮭	みかん りんご いとより	れんこん カリフラワー みかん ぶり	長ねぎ カリフラワー かぶ いよかん ぼんかん 寒天 金目鯛	納豆 凍り豆腐 きなこ はつさく 鱈 はたはた	菜の花 うど 清見オレンジ 鱈	
	地場産食材	鶏卵(通年) 豚肉(通年) こまつな レタス 新キャベツ	こまつな レタス キャベツ しらす	新じゃがいも トマト 新たまねぎ きゅうり あじ	地粉そうめん じゃがいも かぼちゃ さやいんげん ビーマン トマト きゅうり ズッキーニ なす とうもろこし 枝豆 ずいか	長ねぎ 秋なす とうがん	さつまいも こまつな 長ねぎ ごぼう ブルーベリー きくらげ しいたけ	新米 地粉うどん さつまいも さといも さがみ長寿いも にんじん こまつな ブルベリー 長ねぎ キャベツ はくさい だいこん ごぼう	さといも にんじん ほうれんそう こまつな さがみグリーン ブロッコリー 長ねぎ はくさい だいこん ごぼう ゆず	さといも ほうれんそう こまつな はくさい ごぼう みかん めかじき	津久井在来大豆 こまつな はくさい ごぼう はるみ	こまつな いちご 湘南ゴールド	
料理例	菜の花ごぼん 春キャベツのスープ	たけのこごぼん 磯辺煮	かむかむごぼん 梅ちりごぼん	夏野菜のカレー そうめん汁	なすとピーマンのみそ炒め とうがんの豚汁	さつまいもごぼん 鮭の紅葉焼き	石垣だんご 赤飯 さがみ菜ごぼん	白菜と肉団子のスープ ぶりの幽庵焼き	白玉雑煮 けんちん汁	炒り豆ごぼん 大豆入り筑前煮	五目寿司 菜の花の煮浸し		