

令和7年度 愛知県立明和高等学校附属中学校 献立年間計画

	月目標	献立作成のねらい	食文化の伝承 (行事食等)	その他	旬の食材	地場産物	パン	ごはん	給食回数
4月	春が旬の食材を知ろう	春が旬の食品を取り入れる。		入学お祝い献立	みつば、春キャベツ、たけのこ、新玉ねぎ、清美オレンジ、さわか	みつば、小松菜、ほうれん草、チンゲンサイキャベツ、	スライスパン1 ロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	13
5月	さまざまな食品を味わおう	野菜や魚、豆、大豆の加工食品など、さまざまな食品を取り入れる。	端午の節句 「かしわもち」 八十八夜 「抹茶」		新じゃがいも、アスパラガス、チンゲンサイ、新玉ねぎ、新茶、初鰹	小松菜、チンゲンサイ、玉ねぎ、うずら卵	スライスパン2 ロールパン2 ミルクロールパン2 くるロールパン1 サンドイッチロールパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	20
6月	よくかんで食べよう	4~10日の歯と口の健康週間は、毎日よくかむことを意識できる食品を取り入れる。19日は、特に愛知県産の食品を多く使用する。		歯と口の健康週間 (4~10日) 愛知を食べる学校給食の日 (19日)	大葉、たまねぎ、じゃがいも、かりもり、メロン、梅、いわし	チンゲンサイ、、大葉、玉ねぎ、ねぎ、かりもくうずら卵	スライスパン2 ロールパン1 ミルクロールパン2 くるロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	21
7月	夏が旬の食材を知ろう	夏が旬の食品を取り入れる。	七夕の節句 「そうめん」		ゴーヤ、ピーマン、かぼちゃ、なす、枝豆、きゅうり、とうがん、あじ	ピーマン、かぼちゃ、チンゲンサイ、なす、きゅうり、うずら卵	スライスパン2 ロールパン1 ミルクロールパン1 くるロールパン1 サンドイッチパンズパン1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	14
8月 9月	栄養バランスを意識して食べよう	主食・主菜・副菜が分かる組み合わせにする。「まごわやさしい」の食材を全て使用した日を作る。	重陽の節句 「菊花」		枝豆、なす、きのこ、ぶどう、さんま	小松菜、チンゲンサイ、とうがん、うずら卵	スライスパン1 ロールパン2 ミルクロールパン1 くるロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	8月 2 9月 20
10月	秋が旬の食材を知ろう	秋が旬の食品を取り入れる。30日は、食品ロス削減に関連した料理を取り入れる。	十五夜 「月見団子、里芋」	食品ロス削減の日 (30日)	さつま芋、里芋、きのこ、早生みかん、さけ	里芋、小松菜、チンゲンサイ、れんこん、さつま芋、うずら卵	スライスパン2 ロールパン1 ミルクロールパン2 くるロールパン2 サンドイッチロールパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	22
11月	和食のよさを知ろう	7日は、よくかむことを意識できる食品を取り入れる。24日付近に、だしを味わえる和食料理や和菓子を「和食の日」の近くに入れる。第3週は、特に愛知県産の食品を多く使用する。	十三夜 「栗、大豆」	愛知を食べる学校給食の日 (第3週)	新米、里芋、栗、チンゲンサイ、白菜、きのこ、みかん、りんご、さば	里芋、小松菜、ほうれん草、チンゲンサイ、れんこん、大根、うずら卵	スライスパン2 ロールパン1 ミルクロールパン2 くるロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	18
12月	冬が旬の食材を知ろう	冬が旬の食品を取り入れる。8日付近に、有機農産物を取り入れる。	冬至 「ゆず、(ん)がつく食品」	有機農業の日 (8日)	里芋、にんじん、小松菜、ねぎ、ブロッコリー、カリフラワー、大根、ごぼう、れんこん、白菜、かぶ、みかん、わかさぎ	里芋、にんじん、ねぎ、小松菜、チンゲンサイ、ブロッコリー、カリフラワー、大根、キャベツ、れんこん、白菜、みかん、うずら卵	スライスパン2 ロールパン1 ミルクロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	17
1月	地元の食材や地域に伝わる料理を味わおう	地場産物や郷土料理を学校給食週間に毎日入れる。	人日の節句 「七草」	愛知を食べる学校給食の日 (24~30日学校給食週間)	にんじん、ほうれん草、小松菜、ねぎ、ブロッコリー、カリフラワー、白菜、かぶ、大根、れんこん、のり、ぶり	にんじん、ねぎ、小松菜、チンゲンサイ、ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、れんこん、白菜、きゅうり、うずら卵	スライスパン1 ロールパン1 ミルクロールパン1 くるロールパン1 サンドイッチロールパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	17
2月	苦手な食品や料理にもチャレンジしよう	苦手な食材(豆、魚等)を使用した人気料理を入れる。	節分 「節分豆」 初午 「油揚げ」		ほうれん草、小松菜、白菜、かぶ、大根、れんこん、いよかん	小松菜、チンゲンサイ、キャベツ、れんこん、白菜、きゅうり、うずら卵	スライスパン2 ロールパン2 ミルクロールパン1 くるロールパン1 サンドイッチパンズパン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	18
3月	1年間を振り返ろう	1年間の献立作成のねらいを振り返ることができる献立にする。	上巳の節句 「ひなあられ」		菜花、キャベツ、でこぼん、しらす、さわか	小松菜、菜の花、ほうれん草、チンゲンサイ、ねぎ、きゅうり、うずら卵	スライスパン1 ロールパン1 くるロールパン1 サンドイッチロールパン1 クロワッサン1 米粉パン(小麦入り)1	麦ごはん1 わかめごはん1 他白飯	14