

平成25年度佐久市学校給食南部センター献立委員会委員名簿

	所属職名	氏名			備考
委員長	中込中学校長	小林 克雄			
委員	野沢中学校給食主任	宮澤 仁美			
委員	中込中学校給食主任	高畑 睦子			
委員	野沢小学校給食主任	猿谷 啓子			
委員	泉小学校給食主任	宮下 映美			
委員	岸野小学校給食主任	小林 奈美子			
委員	中込小学校給食主任	田澤 五百枝			
委員	野沢中学校 PTA副会長	林 恵子			
委員	中込中学校 PTA副会長	廣瀬 恵			
委員	野沢小学校 PTA副会長	小平 幸子			
委員	泉小学校 PTA副会長	畠山 利恵			
委員	岸野小学校 PTA副会長	木内 秋江			
委員	中込小学校 PTA副会長	佐藤 美樹			
委員	学校給食南部センター 栄養士	佐藤 直美			
委員	学校給食南部センター 栄養士	三石 恵子			
事務局	学校給食課長	磯貝 修			
	学校給食課長補佐	吉田 晃			
	学校給食南部センター 事業係長	荻原 貴			

佐久市学校給食南部センター献立委員会会議次第

日 時 平成25年7月9日（火）

午後4時

場 所 学校給食南部センター 2階研修室

1. 開 会

2. 自 己 紹 介

3. 委員長あいさつ

4. 会 議 事 項

(1) 平成25年度の献立計画について

(2) その他

5. 閉 会

平成25年度 献立年間計画

佐久市学校給食南部センター

月	月 目 標	献立作成のポイント	行 事 食	行事・旬の食品等	指 導 内 容	その他
4月	楽しい食事をしよう。	入学のお祝いらしい献立にする。新入生が食べやすいように調理の工夫をする。	入学祝献立	いちご うど・さわら 山菜	正しい食事のあり方 給食の決まり	
5月	バランスの良い食事をしよう。	主食・主菜・副菜のそろった家庭の見本となるようにバランスを整える。	こどもの日献立	かしわ餅・たけのこ お茶・新じゃが 初かつお ★アスパラガス	バランスのとれた食事 成長期の食事	試食会
6月	骨や歯を丈夫にしよう。	骨や歯を丈夫にし、あごの発達を促す食品を取り入れる。	歯の衛生習慣 献立	小魚・大豆・すめめ びわ・メロン・新玉ねぎ さくらんぼ・梅 ★白菜・レタス	カルシウムの働き かむことの大切さ 梅雨時の衛生 (手洗い・身支度)	試食会 学校訪問
7月	暑さに負けない食事をしよう。	暑さに負けない食品を取り入れた献立の工夫をする。夏野菜を多く取り入れる。	七夕献立 土用の丑献立 希望献立 (泉小)	魚めん すいか・メロン きゅうり・トマト・なす ★玉ねぎ・レタス・ブロッコリー ★きゃべつ・ミニトマト	夏休みの望ましい 食生活 暑さに負けない体をつくる。	試食会 学校訪問
8月	規則正しい食事をしよう。	暑さに負けない食品を取り入れた献立の工夫をする。夏野菜を使って、好き嫌いをなくす献立を工夫する。	夏野菜献立	かぼちゃ・ピーマン なす・夕顔・塩いか ★玉ねぎ・レタス ★ミニトマト・じゃがいも ★きゃべつ・ズッキーニ	3食の重要性 間食の役割	
9月	朝食の大切さについて理解しよう。	季節の野菜を知る。運動量の多い月なので食事の質と量を配慮する。	十五夜献立 希望献立 (中小)	月見団子・里芋 さんま ★ふな・ミニトマト ★きゃべつ・プルーン ★じゃがいも・りんご	朝食の大切さ 食事と運動の関係	学校訪問
10月	偏食をなくして何でも食べよう。	好き嫌いなく何でも食べることの大切さを知る。秋の味覚を取り入れた献立に配慮する。	ハロウィン献立 希望献立 (中中)	かぼちゃ さつまいも・栗 ★鯉 ★きゃべつ・白菜 ★かぼちゃ・りんご	偏食の害を知る バランスの良い食事	試食会 学校訪問
11月	感謝して食べよう。	食べ物を大切に作る。作ってくれた方に感謝する。本に出てくる料理を取り入れ本に興味をもってもらえるように工夫する。	世界の料理 の献立 希望献立 (野沢小)	しめじ・大根・なめこ たら・鮭・ブロッコリー ★にじます・りんご ★ねぎ・かぼちゃ ★きゃべつ・白菜・にんじん	食事を作る人への 感謝の気持ち 食べ物の大切さ	学校訪問
12月	寒さに負けない食事をしよう。	冬至献立で昔の人々の生活の知恵を知る。(かぼちゃ・こんにゃく)	冬至献立 クリスマス献立 希望献立 (野中)	かぼちゃ・ゆず こんにゃく・みかん ★ねぎ・かぼちゃ ★りんご・雁食い味噌	冬の体の特性 寒さに負けない体 をつくるための食品	試食会 学校訪問
1月	郷土の食べ物を知ろう。	正月料理や七草がゆを知り、伝統料理を学ぶ。	七草献立 鏡開献立 他県の郷土料理 希望献立 (岸野小)	せり・なずな もち ★矢島凍み豆腐 ★白菜・ねぎ ★ほうれん草 ★小松菜・りんご	郷土の食品・料理、 伝統食 給食の歴史	
2月	食事と健康の関係を理解しよう。	3色のバランスの取れた献立。そしゃくの大切さを知る献立。	節分献立	節分豆・いわし いちご ★ほうれん草・小松菜 ★矢島凍み豆腐 ★わかさぎ・りんご	将来の健康まで考 えた望ましい食生活 (生活習慣病予防の 食事)	
3月	食生活の反省をしよう。	思い出に残る献立にする。進級、卒業祝らしい献立。	ひな祭献立 入試がんばれ献立 卒業祝献立	はまぐり・ちらし寿司 カツ・いよかん お赤飯	望ましい食生活の 実践 1年間の反省	

★＝地元食材