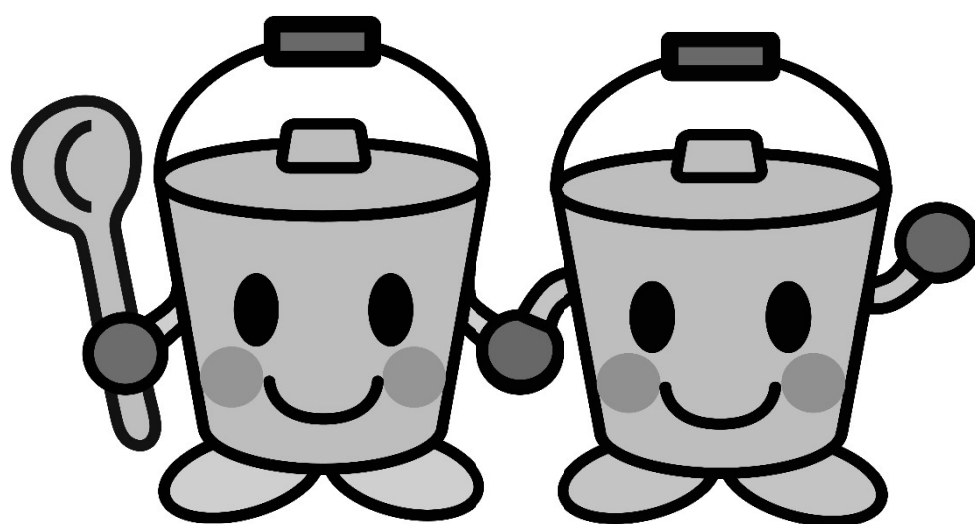


高知市学校給食 献立作成の手引



令和 7 年 4 月

高知市教育委員会

はじめに

国民を取り巻く社会環境・生活環境の変化は、子供たちの心身の健康にも大きな影響を与えており、例えば、偏った栄養摂取や朝食の欠食に代表されるような不規則な食事の乱れ、肥満や過度のやせ、アレルギー疾患の疾病等、様々な課題が顕在化しています。特に食に関することは、人間が生きていく上での基本的な営みであり、生涯にわたって健康な生活を送るために子供たちに健全な食習慣を身に付けさせることが重要となっています。

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることはもちろんのこと、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として、給食の時間はもとより各教科等において活用することができます。また、学校給食は、児童生徒が生涯にわたり健康な生活を送るのに不可欠な栄養バランスのとれた食事のモデルとして、家庭における日常の食生活や、児童生徒の日常又は将来の食事作りの指標ともなるものであります。このため、日々の学校給食においては、日常における食事のモデルとしての教材となるよう、献立作成において配慮することが求められています。

平成20年6月に学校給食法が全面的に改正され、学校給食の目標として、新たに、適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること等が加えられるとともに、文部科学大臣は、学校給食の適切な実施のために必要な事項について維持されることが望ましい基準である「学校給食実施基準」を定めるものとされました。学校給食を設置する学校の設置者は、当該基準に照らして適切な学校給食の実施に努めることとされています。

学校給食が児童生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものであることを鑑み、栄養教諭等においては、学校給食摂取基準に基づき、児童生徒の健全な成長及び生涯を通じた健康の保持増進のため、適切な栄養管理及び食に関する指導を行うことが期待されています。

(学校給食における児童生徒の食事摂取基準策定に関する調査研究協力者会議 令和2年12月より一部抜粋)

高知市の学校給食献立は、高知市立学校（春野地区・高知特別支援学校を除く）に在籍する栄養教諭・学校栄養職員が交替で1か月分の献立原案を作成し、公益財団法人高知市学校給食会の専門委員会である献立作成委員会を経て決定しています。学校給食の実施にあたっては、統一献立を4グループ、針木・長浜学校給食センター献立を2グループに分け行っています。

今回、学校給食が生きた教材として活用され、食に関する指導の充実が図られるよう、また、統一献立による給食が全校で安定して実施できるよう、献立作成の際に考慮すべき内容や留意点、献立実施までに必要な各種資料作成の手順等についても記載し、献立作成時の参考になるよう本冊子を作成しました。

令和7年4月

高知市教育委員会

目 次

第1	学校給食実施基準（令和3年2月12日 文部科学省初等中等教育局 通知）	
1	学校給食摂取基準の概要	P 1
2	学校給食摂取基準の考え方	P 1
3	学校給食における食品構成について	P 4
4	学校給食の食事内容の充実等について	P 4
5	特別支援学校における食事内容の改善について	P 5
第2	高知市の献立作成にあたって	
1	献立作成にあたっての留意点	P 6
2	高知市独自の留意点	P 7
3	学校給食年間献立作成計画について	P 8
4	自由献立について	P 8
5	防災給食について	P 9
	○児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準	P 10
	○標準食品構成表（高知市）	P 11
	○標準食品構成表及び目安量（高知市）児童（8～9歳の場合）	P 12
	○標準食品構成表及び目安量（高知市）生徒（12～14歳の場合）	P 13
	○高知市学校給食年間献立作成計画例	P 14
	○高知市学校給食地場産物活用計画例	P 15
	○安全性の確保を目的とした学校給食提供の考え方	P 16
第3	年間献立作成について（統一献立 針木・長浜学校給食センター献立）	
1	本年度年間献立について	P 18
2	次年度年間献立作成について	P 18
3	年間献立作成・物資選定の流れについて	P 18
4	物資選定について	P 18
5	学校給食使用食品情報について	P 19
6	献立一覧表の作成について	P 19
7	給食指導資料の作成について	P 19
8	調理手順（統一献立のみ）・新献立カードの作成について	P 19
9	自由献立について（統一献立のみ）	P 20
第4	年間献立等担当者一覧表 ＊省略	P 20
第5	献立作成の流れについて（本年度分・次年度分スケジュール）	P 21
第6	年間献立作成・物資選定・実施後の流れについて	P 24

第7 月献立の流れ

- 統一献立 P 27
- 針木・長浜学校給食センター献立 P 29

第8 物資選定について

- 物資入札資料の作成について P 31
- 給食管理システム EIBUN の手順 *省略 P 31
- 物資購入委員会について確認事項 P 31
- 随時契約物資選定について確認事項 P 31
- 学校給食使用食品情報のみかた P 32
- 学校給食使用食品情報作成時の注意点 *手順省略 P 33
- 在庫物資の学校給食使用食品情報について P 33
- 献立一覧表作成について（給食物資に係ること） P 34
- 針木・長浜学校給食センター 物資納入スケジュール P 35

第9 給食指導資料作成について

- 統一献立 P 37
- 針木・長浜学校給食センター P 40

第10 調理手順・新献立カード作成について

- タイムスケジュール（統一献立のみ） P 44
- 新献立カードの作成について P 45

第11 自由献立 地場産物使用割合集計について

P 47

<参考資料> *献立作成実務に係る資料のため省略

- 主食組分け表
- 食品を選ぶときの注意点
- 学校給食栄養報告（年報）の作成にあたっての注意点
- 自由献立表の作成にあたっての注意点
- 「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」実施要項（県通知）
- 「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」実施報告（前年度）
- ワタシ、ボクの好きな料理入賞作品レシピ（3点）
- 学校給食リバイバル料理アンケート集計
- 北見市給食献立レシピ
- 使用可能食品一覧（高知市学校給食会提供）
- 自由献立における地場産物の使用状況（前年度）
- 各料理における食品の並び
- 献立作成チェック資料
- 新献立試作会様式
- 献立引継ぎファイル
- 調味の基本
- 給食業務緊急連絡網

第Ⅰ 学校給食実施基準（令和３年２月１２日 文部科学省初等中等教育局 通知）

Ⅰ 学校給食摂取基準の概要

（１）「学校給食摂取基準」については、別表にそれぞれ掲げる基準によること。

（２）「学校給食摂取基準」については、厚生労働省が策定した「日本人の食事摂取基準（以下「食事摂取基準」という。）（2015年版）」を参考にし、その考え方を踏まえるとともに、厚生労働科学研究費補助金により行われた循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業「食事摂取基準を用いた食生活改善に資するエビデンスの構築に関する研究」（以下「食事状況調査」という。）及び「食事状況調査」の調査結果より算出した、小学３年生、５年生及び中学２年生が昼食である学校給食において摂取することが期待される栄養量（以下「昼食必要摂取量」という。）等を勘案し、児童又は生徒（以下「児童生徒」という。）の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出したものである。したがって、本基準は児童生徒の１人１回あたりの全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、児童生徒の個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。

（３）「学校給食摂取基準」についての基本的な考え方は、本基準の一部改正に先立ち、文部科学省に設置した、学校給食における児童生徒の食事摂取基準策定に関する調査研究協力者会議がとりまとめた「学校給食摂取基準の策定について（報告）」（令和２年１２月）を参照すること。

Ⅱ 学校給食摂取基準の考え方

学校給食摂取基準（以下「本基準」という。）の策定に当たっては、厚生労働省が定めた食事摂取基準を参考とし、その考え方を踏まえるとともに、食事状況調査の調査結果を踏まえ、児童生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出することとした。

本基準においては、現況の学校給食の栄養摂取状況を踏まえ、エネルギーほか、たんぱく質、脂質、食物繊維、ビタミンＡ、ビタミンＢ１、ビタミンＢ２、ビタミンＣ、ナトリウム（食塩相当量）、カルシウム、マグネシウム及び鉄について基準値を示すとともに、亜鉛について基準値に準じて配慮すべき参考値を示すこととした。その他の栄養素については、児童生徒の実態等に応じて確認するなど配慮が必要である。

（Ⅰ）学校給食摂取基準の基準値設定の基本的な考え方

学校給食における各栄養素の基準値については、食事摂取基準が定めた目標量又は推奨量の３分の１とすることを基本としつつ、不足又は摂取過剰が考えられる栄養素については、小学３・５年生及び中学２年生が昼食において摂取が期待される栄養量（以下「昼食必要摂取量」という。）の中央値程度を学校給食で摂取することとして、食事摂取基準の推奨量又は目標量に対する割合を定め、基準値を設定した。

ただし、献立作成の実情に鑑み、中央値程度を基準値とすることが困難な場合には、昼食必要摂取量の四分位範囲の中で基準値を設定した。さらに、四分位範囲の中での基準値設定が困難な栄養素については、献立作成上支障を来さない範囲内で基準値を設定した。なお、望ましい献立としての栄養バランスの観点から、食事摂取基準の目標量又は推奨量の３分の１を下限值とした。

(2) 各栄養素等の基準値の設定

①エネルギー

文部科学省が毎年実施する学校保健統計調査の平均身長から求めた標準体重と身体活動レベルのレベルⅡ（ふつう）を用いて、推定エネルギー必要量の3分の1を算出（表4）したところ、昼食必要量の中央値との差も少なく四分位範囲内であるため、学校保健統計調査により算出したエネルギーを基準値とした。

なお、性別、年齢、体重、身長、身体活動レベルなど、必要なエネルギーには個人差があることから、成長曲線に照らして成長の程度を考慮するなど、個々に応じて弾力的に運用することが求められる。

〈表4 学校給食のエネルギー算出〉

年齢	身体活動 レベル	身長(平均値)(R1学校保健調査) ※4月1日現在の満年齢		標準 体重	基礎 代謝量	推定エネルギー 必要量	推定エネルギー 必要量男女平均	学校給食の エネルギー	
6～7歳	1.55	7歳 (小2)	男子	122.6	24.0	1064	1664	1599	530
			女子	121.4	23.3	976	1533		
8～9歳	1.6	9歳 (小4)	男子	133.5	30.3	1237	2005	1936	650
			女子	133.4	30.0	1148	1867		
10～11歳	1.65	11歳 (小6)	男子	145.2	38.4	1438	2412	2337	780
			女子	146.6	38.9	1353	2262		
12～14歳	1.7	13歳 (中2)	男子	160.0	49.1	1521	2605	2502	830
			女子	154.8	47.2	1396	2398		
15～17歳	1.75	16歳 (高2)	男子	169.9	59.6	1610	2828	2572	860
			女子	157.7	52.1	1318	2316		

(参考)日本人の食事摂取基準(2020年版)「日本人の食事摂取基準」策定検討報告書より抜粋

身体活動レベル	レベルⅠ(低い)	レベルⅡ(ふつう)	レベルⅢ(高い)
6～7歳	1.35	1.55	1.75
8～9歳	1.40	1.60	1.80
10～11歳	1.45	1.65	1.85
12～14歳	1.50	1.70	1.90
15～17歳	1.55	1.75	1.95

②たんぱく質

食事摂取基準の目標量を用いることとし、学校給食による摂取エネルギー全体の13%～20%エネルギーを学校給食の基準値とした。

③脂質

食事摂取基準の目標量を用いることとし、学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%エネルギーを学校給食の基準値とした。

④ミネラル

(ア)ナトリウム(食塩相当量)

昼食必要摂取量で摂ることが許容される値の四分位範囲の最高値を用いても献立作成上味付けが困難となることから、食事摂取基準の目標量の3分の1未満を学校給食の基準値とした。

なお、食塩の摂取過剰は生活習慣病の発症に関連するものであり、家庭においても摂取量をできる限り抑制するよう、学校給食を活用しながら、望ましい摂取量について指導することが必要である。

(イ)カルシウム

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の 50%を超えているが、献立作成の実情に鑑み、四分位範囲内で、食事摂取基準の推奨量の 50%を学校給食の基準値とした。

(ウ)マグネシウム

昼食必要摂取量の中央値は、小学生は食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 以下であるが、中学生は約 40%である。このため、小学生以下については、食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 程度を、中学生以上については 40%を、学校給食の基準値とした。

(エ)鉄

昼食必要摂取量の中央値は、小学生は食事摂取基準の推奨量の約 40%であるが、中学生は 40%を超えている。献立作成の実情に鑑み、四分位範囲で、食事摂取基準の推奨量の 40%を学校給食の基準値とした。

(オ)亜鉛

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 以下であるが、望ましい献立としての栄養バランスの観点から、食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 を学校給食において配慮すべき値とした。

⑤ビタミン

(ア)ビタミン A

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の 40%を超えているが、献立作成の実情を鑑み、四分位範囲で、食事摂取基準の推奨量の 40%を学校給食の基準値とした。

(イ)ビタミン B₁

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の約 40%であり、食事摂取基準の推奨量の 40%を学校給食の基準値とした。

(ウ)ビタミン B₂

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の約 40%であり、食事摂取基準の推奨量の 40%を学校給食の基準値とした。

(エ)ビタミン C

昼食必要摂取量の中央値は、食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 以下であるが、望ましい献立としての栄養バランスの観点から、四分位範囲内で、食事摂取基準の推奨量の 3 分の 1 を学校給食の基準値とした。

⑥食物繊維

昼食必要摂取量の中央値は、小学 3 年生は食事摂取基準の目標量の約 40%、小学 5 年生は約 3 分の 1 であるが、中学 2 年生は 40%を超えている。献立作成の実情を鑑み、四分位範囲内で、食事摂取基準の目標量の 40%以上を学校給食の基準値とした。

以上のことから、学校給食において摂取すべき各栄養素の基準値を表 5 のとおりとした。

〈表 5 学校給食において摂取すべき各栄養素の摂取基準〉

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%エネルギー)	脂質 (%エネルギー)	食物繊維 (g)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB ₁ (mg)	ビタミンB ₂ (mg)	ビタミンC (mg)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)
6～7歳	530	13～20	20～30	4.0以上	160	0.30	0.40	20	1.5未満	290	40	2.0
8～9歳	650	13～20	20～30	4.5以上	200	0.40	0.40	25	2.0未満	350	50	3.0
10～11歳	780	13～20	20～30	5.0以上	240	0.50	0.50	30	2.0未満	360	70	3.5
12～14歳	830	13～20	20～30	7.0以上	300	0.50	0.60	35	2.5未満	450	120	4.5
15～17歳	860	13～20	20～30	7.5以上	310	0.50	0.60	35	2.5未満	360	130	4.0

表に掲げるもののほか、亜鉛についても示した概要について配慮すること。

亜鉛・・・6～7歳：2mg、8～9歳：2mg、10～11歳：2mg、12～14歳：3mg、15～17歳：3mg

なお、本基準は児童生徒１人１回当たり全国的な平均値を示すものであるから、適用に当たっては、個々の児童生徒の健康状態及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分に配慮し、弾力的に適用することが必要である。なお、本基準は、男女比１：１で算定したため、各学校においては、実態に合わせてその比率に配慮することも必要である。

３ 学校給食における食品構成について

食品構成については、「学校給食摂取基準」を踏まえ、多様な食品を適切に組み合わせて、児童生徒が各栄養素をバランス良く摂取しつつ、様々な食に触れることができるようにすること。また、これらを活用した食に関する指導や食事内容の充実を図ること。なお、多様な食品とは、食品群であれば、例えば、穀類、野菜類、豆類、果実類、きのこ類、藻類、魚介類、肉類、卵類及び乳類などであり、また、食品名であれば、例えば穀類については、精白米、食パン、コッペパン、うどん、中華めんなどである。

また、各地域の実情や家庭における食生活の実態把握の上、日本型食生活の実践、我が国の伝統的な食文化の継承について十分配慮をすること。

さらに、「食事状況調査」の結果によれば、学校給食のない日はカルシウム不足が顕著であり、カルシウム摂取に効果的である牛乳等についての使用に配慮すること。なお、家庭の食事においてカルシウムの摂取が不足している地域にあっては、積極的に牛乳、調理用牛乳、乳製品、小魚等についての使用に配慮すること。

４ 学校給食の食事内容の充実等について

(１) 学校給食の食事内容については、学校における食育の推進を図る観点から、学級担任や教科担任と栄養教諭等とが連携しつつ、給食時間はもとより、各教科等において、学校給食を活用した食に関する指導を効果的に行えるよう配慮すること。

また、食に関する指導の全体計画と各教科等の年間指導計画等とを関連付けながら、指導が行えるよう留意すること。

①献立に使用する食品や献立のねらいを明確にした献立計画を示すこと。

②各教科等の食に関する指導と意図的に関連させた献立作成とすること。

③学校給食に地場産物を使用し、食に関する指導の「生きた教材」として使用することは、児童生徒に地域の自然、文化、産業等に関する理解や生産者の努力、食に関する感謝の念を育む上で重要であるとともに、地産地消の有効な手段であり、食料の輸送に伴う環境負荷の低減等にも資するものであることから、その積極的な使用に努め、農林漁業体験等も含め、地場産物に係る食に関する指導に資するよう配慮すること。

④我が国の伝統的食文化について興味・関心を持って学び、郷土に関心を寄せる心を育むとともに、地域の食文化の継承につながるよう、郷土に伝わる料理を積極的に取り入れ、児童生徒がその歴史、ゆかり、食材などを学ぶ中で、世界の多様な食文化等の理解も深めることができるよう配慮すること。

⑤児童生徒が学校給食を通して、日常又は将来の食事作りにつなげることができるよう、献立名や食品名が明確な献立作成に努めること。

⑥食物アレルギー等のある児童生徒に対しては、校内において校長、学級担任、栄養教諭、学校栄養職員、養護教諭、学校医等による指導体制を整備し、保護者や主治医との連携を図りつつ、可能な限り、個々の児童生徒の状況に応じた対応に努めること。なお、実施に当たっては、公

益財団法人日本学校保健会で取りまとめられた「学校生活管理指導表（アレルギー疾患用）」及び「学校のアレルギー疾患に対する取り組みガイドライン」並びに文部科学省が作成した「学校給食における食物アレルギー対応指針」を参考とすること。

(2) 献立作成に当たっては、常に食品の組合せ、調理方法等の改善を図るとともに、児童生徒の好みの偏りをなくすよう配慮すること。

①魅力あるおいしい給食となるよう、調理技術の向上に務めること。

②食事は調理後できるだけ短時間に適温で提供すること。調理に当たっては、衛生・安全に十分配慮すること。

③家庭における日常の食生活の指標になるように配慮すること。

(3) 学校給食に使用する食品については、食品衛生法（昭和 22 年法律第 233 号）第 11 条第 1 項に基づく食品中の放射性物質の規格基準に適合していること。

(4) 食器具については、安全性が確保されたものであること。また、児童生徒の望ましい食習慣の形成に資するため、料理形態に即した食器具の使用に配慮するとともに、食文化の継承や地元で生産される食器具の使用に配慮すること。

(5) 喫食の場所については、食事にふさわしいものとなるよう改善工夫を行うこと。

(6) 給食の時間については、給食の準備から片付けを通して、計画的・継続的に指導することが重要であり、そのための必要となる適切な給食時間を確保すること。

(7) 望ましい生活習慣を形成するため、適度な運動、調和のとれた食事、十分な休養・睡眠という生活習慣全体を視野に入れた指導に配慮すること。

また、ナトリウム（食塩相当量）の摂取過剰や鉄の摂取不足など、学校給食における対応のみでは限界がある栄養素もあるため、望ましい栄養バランスについて、児童生徒への食に関する指導のみならず、家庭への情報発信を行うことにより、児童生徒の食生活全体の改善を促すことが望まれること。

5 特別支援学校における食事内容の改善について

(1) 特別支援学校の児童生徒については、障害の種類と程度が多様であり、身体活動レベルも様々であることから、「学校給食摂取基準」の適用に当たっては、児童生徒の個々の健康や生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用するとともに次の点に留意すること。

①障害のある児童生徒が無理なく食べられるような献立及び調理について十分配慮すること。

②食に関する指導の教材として、学校給食が障害に応じた効果的な教材となるよう創意工夫に努めること。

(2) 特別支援学校における児童生徒に対する食事の管理については、家庭や寄宿舎における食生活や病院における食事と密接に関連していることから、学級担任、栄養教諭、学校栄養職員、養護教諭、学校医、主治医及び保護者等の関係者が連携し、共通理解を図りながら、児童生徒の生活習慣全体を視野に入れた食事管理に努めること。

第2 高知市の献立作成にあたって

1 献立作成にあたっての留意点

(1) 栄養上の考慮

- ①学校給食摂取基準に基づき、学校給食の標準食品構成表を参考とした献立にすること。
- ②児童生徒の栄養状態を把握し、家庭の食事に不足しがちな栄養素(カルシウム、鉄、ビタミン類、食物繊維など)の摂取を考慮すること。
- ③栄養摂取量は、月間の平均で実態に即した摂取量を確保できるように努めるとともに、日々の栄養量の変動の許容範囲は、栄養素等によって異なるため「日本人の食事摂取基準」の考え方を踏まえること。

(2) 生きた教材としての献立

- ①食に関する指導の全体計画や、給食指導の計画や内容を、把握・検討し、教科や総合的な学習の時間、特別活動での指導や学校行事などと意図的に関連させた、学校給食年間献立作成計画を活用すること。また、日々の献立についても、そのねらいを明確にすること。
- ②学校や地域の状況を考慮しながら、地域で生産される農産物や、特色のある気候や風土の中で受け継がれた郷土料理などを積極的に取り入れ、児童生徒が地域の産業や食文化への理解を深める、また、生産者への感謝の心を育むことができるように努めること。
- ③高知県で取れる食材を多く使用した「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」の献立を、月に1回取り入れ、高知の食材のおいしさやよさ、食文化等について伝えるよう努めること。

(3) 嗜好上の考慮

栄養バランスがとれた献立でも児童生徒に受け入れられなければ、残食になってしまう。児童生徒の嗜好の傾向を踏まえ献立に反映させられることや、児童生徒が楽しく満足して食べることができるように、食事内容を多様化し、食事に対する関心を高める工夫が必要である。

- ①嗜好調査、残食調査を定期的 to 実施し、献立に反映させること。
- ②児童生徒の希望献立、バイキング給食、セレクト給食、お弁当給食、皿鉢給食などの特別献立を盛込む。

(4) 経済上の考慮

学校給食摂取基準を踏まえ、物価の変動、地域にあった食事内容の充実等を考慮しながら適正な価格になるよう努めること。また、新鮮で安価な旬の食材を上手に利用するとともに、食品についての知識の習得や収集に努めること。

(5) 選択できる献立の工夫

児童生徒が生涯にわたり望ましい食生活を営むことができるように、食に関する自己管理能力を身に付けさせるという学校給食の意義から、児童生徒が自ら適した食事を自分で選択できる献立の工夫も必要。

(6) 安全性の確保を目的とした献立の考慮

献立を作成する際は、食物アレルギー対応を踏まえた献立内容となるよう工夫し、誰が見ても分かりやすい献立表となるよう、献立名を考慮する等に努めること。

2 高知市独自の留意点

小学校、中学校（親子方式）、鏡学校給食センターでは、統一献立で学校給食を実施する（春野地区・高知特別支援学校を除く）。また、針木・長浜学校給食センターは、2センター統一献立で学校給食を実施。実施にあたっては、統一献立実施校を4グループ（A～D）に、2センターはそれぞれ受配校をグループにし、食材の使用日が重ならないように配慮する。

(1)主食

主食の量は基本使用量を決めているが、時期、献立内容によって分量を調整することも必要。

学年別基本使用量

区 分		小麦粉及び米の使用量				
		小学1・2年	小学3・4年	小学5・6年	中学(親子)	中学(センター)
パン	普通パン	50	60	70	90	90
	小型パン	40	50	60	80	80
	ミニパン	30	40	50	70	70
米粉パン	普通	40	50	60	70	70
	小	30	40	50	60	60
	大	50	60	70	70	
米飯	普通	70	80	90	110	100
	小ごはん	60	70	80	100	90
	ミニごはん	50	60	70	90	80
	強化米は米の0.3%					
	麦ごはん	米 60 麦 10	米 70 麦 10	米 80 麦 10	米 100 麦 10	米 90 麦 10

- ・パンは週1回程度（統一献立） ※針木・長浜学校給食センターは2週に1回程度。
- ・月2回以上は麦ごはん。（麦ごはんのうち1回はカレーライス）
- ・すし飯、炊き込みごはん、混ぜごはんは炊飯業者に委託できる。（統一献立）

(2)副食

- ・高知市学校給食年間献立作成計画をもとに行事食、郷土料理を取り入れる。
- ・高知市学校給食地場産物活用計画の食品を取り入れる。
- ・「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」の献立を、月に1回取り入れる。
※地場産物活用 食材数ベース 50%以上
- ・新献立を、月1～2点程度取り入れる。
- ・季節にあった料理を取り入れる。
- ・焼き物機使用献立を、月1～2回程度取り入れる。
- ・生麺（1食包装）を、月1回取り入れる。
- ・小魚類を、月2回程度取り入れる。

(3)飲み物

- ・牛乳を基本とする。

(4)その他

- ・給食開始時期の内容を考慮する。(分量や組合せ)
- ・基本、国産の食材を使用する。
- ・加工食品では、牛エキス、ゼラチン（牛由来）を原料としているものは使用しない。
- ・食物アレルギー対応を考慮し、食材を選ぶ。
- ・給食での使用を控える時期と食材

時 期	食 材 名
学期始め	個数（ふりかけ・味付けのり・魚や肉の個付け・ゼリー・果物など） Ⅰ学期：4日間 Ⅱ学期：3日間 Ⅲ学期：2日間
4月～9月	りんご
11月～3月	冷凍のゼリー・米粉ナン
休み明け	鶏卵・鮮魚・かちり・すりみ・大量の練り製品・沖うるめ天・ めひかり天・いちご・ミニトマト・ぶどう・生麺など

3 学校給食年間献立作成計画について

学校給食献立計画は、当該献立の趣旨や旬の食材、地場産物の活用時期を明確に示すことにより、学級担任や教科担任が各教科等における食に関する指導において、教材として学校給食を積極的に活用できるようにしている。

高知市学校給食年間献立作成計画の「行事食」「旬の食材」「地場産物」に記載している献立については、指導資料に必ず項目として取り上げること。

4 自由献立について

「より楽しく 魅力ある給食」を実施するために、学期に一回、学校独自の献立を実施。自由献立では、献立に児童生徒の嗜好や要望、地場産物（県内産）を取り入れるなど、学校や地域の特色を活かした取組みを進めている。

(1)献立について

- ・各校で献立を作成し実施。
- ・栄養教諭等は担当校の献立作成について協力すること。
- ・できるだけ地場産物を使用する。

(2)献立作成及び資料作成にあたっての留意点

- ・主食は、統一献立の主食にあわせる。ただし、ごはんの日はパンに変更可。
- ・学年ごとの主食の分量を記載する。
- ・個数の物資で、予備が必要な場合は、その数も含める。
- ・契約以外の物資で指定がある場合は、購入先を記載する。
- ・価格の算定にあたっては、高知市学校給食会からの「給食用物資価格表」を参考にする。
- ・一食当たりの価格は、高知市学校給食会から連絡のあった価格内とする。
※連絡のあった価格を超えた場合は、学校給食処理金（一円会計）で支払う。
- ・外来者による試食会等がある場合は、自由献立予定価格額の集金を行う。
- ・加工食品を使用する場合は、正確な発注をするため、納入予定業者から食品情報を取寄せ、高知市学校給食会に提出する。
- ・自由献立表は指定の表を使用し、期日までに、メール又は文書で高知市学校給食会に提出する。

5 防災給食について

9月1日の防災の日に合わせ、災害時の食を啓発する機会として、保存できる食品等を使った料理をとり入れ、避難所での食事をイメージした献立を実施する。

- ・児童生徒の防災についての意識を高め、災害時の食について考える機会とする。
- ・学校給食では、おにぎりや保存できる食品を使った料理、簡単で栄養価の高い料理などを取り入れ、避難所等での食事をイメージした献立を実施する。
- ・給食日より等を通じて紹介することで、家庭や地域等において、一定量の非常食、保存食品を確保し、災害に備えようとする意識を高める。

献立例



《ロングライフ牛乳》

開封していないときは冷蔵庫に入れなくても、製造から約2か月間常温で保管可能な牛乳。

《防災豚汁》

乾物（干し大根・干しいたけ）や人参、さつま芋といった日持ちのよい野菜、芋類等を使用。

《セルフおにぎり》

ビニル袋を使ったおにぎりの作り方を体験する。

災害時に衛生的に食事をする工夫について学ぶ。

《さんまのかば焼き》

袋から出してそのまま食べることができる。

《保存食サラダ》

缶詰（コーン・大豆・ツナ）や乾物（わかめ）を使用。

区 分	基 準 値		
	児童（6歳～7歳） の場合	児童（8歳～9歳） の場合	児童（10歳～11歳） の場合
エネルギー（kcal）	530	650	780
たんぱく質	g	21.1～32.5	25.4～39.0
	%	学校給食による摂取エネルギー全体の13～20%	
脂質	g	11.8～17.7	17.3～26.0
	%	学校給食による摂取エネルギー全体の20%～30%	
ナトリウム（食塩相当量）（g）	1.5未満	2未満	2.5未満
カルシウム（mg）	290	350	450
マグネシウム（mg）	40	50	120
鉄（mg）	2	3	3.5
ビタミンA（μg RAE）	160	200	240
ビタミンB ₁ （mg）	0.3	0.4	0.5
ビタミンB ₂ （mg）	0.4	0.4	0.5
ビタミンC（mg）	20	25	30
食物繊維（g）	4以上	4.5以上	5以上

1日の食事摂取基準に 対する学校給食の割合
推定エネルギー必要量の1/3
目標量の1/3未満
推奨量の50%
推奨量の小1/3 中40%
推奨量の40%
推奨量の40%
推奨量の40%
推奨量の40%
推奨量の1/3
目標量の40%以上

（注）1 表掲げるもののほか、次に掲げるものについても示した摂取について配慮すること。

亜 鉛・・・児童（6歳～7歳）2mg、児童（8歳～9歳）2mg、児童（10歳～11歳）2 mg、生徒（12歳～14歳）3mg

2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。

3 献立の作成に当たっては、多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮すること。

○標準食品構成表（高知市）

（単位：g）

区 分	児童(6歳～7歳 の場合)	児童(8歳～9歳 の場合)	児童(10歳～11歳 の場合)	生徒(12歳～14歳 の場合)
米	70	78	86	100
強化米	0.21	0.23	0.26	0.30
パン	45	55	65	90
牛乳	206	206	206	206
小麦粉及びその製品	4.5	5.0	5.5	9.0
芋及び澱粉	13.5	15	16.5	35
砂糖類	2.7	3.0	3.3	4.0
豆類	3.6	4.0	4.4	6.0
豆製品類	13.5	15	16.5	18
種実類	1.8	2.0	2.2	2.5
緑黄色野菜	20	23	25	30
その他の野菜類	63	70	77	85
果物類	18	20	22	25
きのこ類	1.8	2.0	2.2	2.5
藻類	0.5	0.6	0.65	0.7
魚介類	15	16	17.5	20
小魚類	2.7	3.0	3.3	3.5
肉類	13	15	16.5	20
卵類	5.4	6.0	6.6	10
乳類	3.6	4.0	4.4	6.0
油脂類	2.7	3.0	3.3	5.0
菓子類	5	5	5	5

（備考）（1）文部科学省通知による標準食品構成表を基に、高知市の実態に合わせて作成した。

（2）この標準食品構成表（8歳～9歳）（12～14歳）の目安量をP12、13に示した。献立作成にあたっては、P10、12～15を基に地場産物の活用と季節感のあるバランスのとれた献立となるよう留意すること。

区 分			児童（８歳～９歳の場合）	
			基準量	目安量
主 食	米 飯 の 場 合	米	78	週４（１回80g） ※まぜごはんも原則80g
		強化米	0.23	
	パ ン の 場 合	小麦	55	週１（１回60g） ※もちふわパンは50g
ミ ル ク		牛乳	206	
お か ず		小麦粉及びその製品	5.0	月１生麺（１回100g）月１スパゲティ（１回30g） 月１小麦粉製品（１回５g）
		芋及び澱粉	15	月３（１回60g） 週１（１回20g） 週１こんにゃく
		砂糖類	3.0	
		豆類	4.0	
		豆製品類	15	月２（１回80g） 週１（１回25g）
		種実類	2.0	
		緑黄色野菜	23	
		その他の野菜類	70	
		果物類	15	週１（１回50g）
		きのこ類	2.0	週１（１回10g）
		藻類	0.6	週１（１回3g ※戻した重量）
		魚介類	16	月５（１回60g） 月３練り製品等（１回10g）
		小魚類	3.0	月２（１回7g）
		肉類	15	月６（１回40g） 月３（１回20g）
		卵類	6.0	月１（１回55g） 月２（１回15g）
		乳類	4.0	月３チーズ（１回5g）月１生クリーム（１回5g） 月１牛乳（１回60g）
		油脂類	3.0	揚げ物を原則週１回以上 炒め物の油量を1.5g以上
		菓子類	5	月１デザート（１回50g）

区 分			生徒（12歳～14歳の場合）	
			基準量（g）	目安量
主食	米飯の場合	米	100	
		強化米	0.23	
	パンの場合	小麦	90	月2（1回90g）
ミルク		牛乳	206	
おかず		小麦粉及びその製品	9.0	月1生麺（1回200g） 月1スパゲティ（1回50g）
		芋及び澱粉	35	週2（1回50g） 週1こんにゃく
		砂糖類	4.0	
		豆類	6.0	
		豆製品類	18	月2（1回100g） 週1.5回（1回25g）
		種実類	2.5	
		緑黄色野菜	30	
		その他の野菜類	85	
		果物類	20	週1（1回75g）
		きのこ類	2.5	週2（1回7g）
		藻類	0.7	週2（1回2g）
		魚介類	20	月5（1回80g） 月4（1回20g）
		小魚類	3.5	月2回（1回8g）
		肉類	20	月5（1回60g） 月3（1回20g）
		卵類	10	月1（1回60g） 月2（1回20g）
		乳類	6.0	月3チーズ（1回10g） 月1生クリーム（1回5g） 月1牛乳（1回65g）
		油脂類	5.0	
		菓子類	5	月1デザート（1回50g）

○高知市学校給食年間献立作成計画例

(毎年度作成)

	献立作成のポイント	行事	行事食	旬の食材	地場産物	郷土料理・旬の食材や地場産物を生かした献立(例)
4月	給食に早くなじめるよう1年生にも食べやすい献立を取り入れる	入学・進級	入学・進級のお祝い献立	さわら たけのこ 山菜 キャベツ 小夏	たけのこ(七ツ淵他) 山菜漬(土佐山他)	さわらのゆずがらめ 若竹汁 たけのこごはん 山菜うどん
5月	野菜の新物を多く取り入れる	子どもの日(小学校) 端午の節句(中学校)	五目ずし かしわもち	かつお たけのこ 山菜 えんどう 新たまねぎ 新じゃがいも 小夏 晩柑	たけのこ(七ツ淵他) 山菜漬(土佐山他) いちごのタルト(介良) 白鷺米(介良)	かつおの角煮 かつおごはん たけのことえんどうの煮物 山菜のかきあげ 新たまねぎのみそ汁 肉じゃが
6月	かみごたえのある食材を多く取り入れる	歯と口の健康週間 食育月間 高知の食べものいっぱい 入っちゅう日	カミカミ献立 地産地消献立 高知家のカレー	かつお トマト ピーマン なす ごぼう すいか メロン	いたどり(鏡) 高知のにらまん(高知県) お米のムース(高知市) いちごジャム(介良)	かつおめし いたどりの炒め煮 高知のにらまん 高知家の夏野菜カレーライス なすの肉みそ炒め ピーマンのおひたし
7月	暑さで食欲が落ちるので香辛料を効かせた料理や、夏野菜を多く取り入れる	七夕の日 地産地消の日	そうめん汁 セタゼリー 自由献立	しいら りゅうきゅう かぼちゃ なす 冬瓜 新しょうが ピーマン トマト すいか メロン	れいほく牛のコロッケ(高知県)	しいらのからあげ れいほく牛のコロッケ りゅうきゅうの酢の物 りゅうきゅうのみそ汁 とうがん汁 なすとトマトのスパゲティ 新しょうがの香りサラダ
9月	夏場の不足しがちな栄養素を十分取れる献立にする	防災の日	防災献立	さんま 冬瓜 りゅうきゅう ぶどう 梨	ゴーヤバーグ(高知県) 白鷺米(介良) 米粉ナン(高知市)	さんまの松前煮 ゴーヤバーグ りゅうきゅうの酢物 とうがん汁
10月	秋野菜、きのこ、果物などを多く取り入れる	収穫の秋 スポーツの日 お月見	さつまいものシチュー 五目ずし 月見だんご	かつお さんま さつまいも 四方竹 きのこ 新高梨 りんご	四方竹(七ツ淵他) 梅干し(鏡)※統一 はちきん地鶏のミンチカツ(高知県) 新高梨ジャム(針木)	かつおの角煮 さんまのあげ煮 四方竹の炒め物 はちきん地鶏のミンチカツ さつまいものシチュー きのこ汁
11月	冬の寒さから体を守る献立にする	高知の食べものいっぱい 入っちゅう日 いい歯の日 勤労感謝の日	和食名人のみそ汁(だしを味わう料理) カミカミ献立	さば おきうるめ 里いも きのこ ゆず果汁 りんご みかん	はちきんコロッケ(高知県) 米タルト(高知市) 土佐山のゆずばん酢(高知市)	さばのごまみそ焼き おきうるめのあげ煮 はちきんコロッケ ころばし
12月	体の温まる料理を多く取り入れる	冬至 クリスマス	かぼちゃのスープ クリスマスチキン クリスマスケーキ	かぶ 大根 小松菜 白菜 れんこん ほうれん草 ブロッコリー ゆず果汁 みかん さらし柿	ゆず果汁(土佐山) 宗田節(土佐清水市) 梅干し(鏡) ※針木・長浜給食センター	かきたまうどん 柿なます 手作りゆずゼリー
1月	日本の食文化に関心をもつことがで きるよう、いわれ のある行事食を多 く取り入れる	正月 全国学校給食 週間 地産地消の日	雑煮 紅白なます すいとん 自由献立	さば ぶり おきうるめ 水菜 大根 白菜 ほうれん草 チンゲン菜 いちご ぼんかん	キューちゃんの玉子焼き(高知県) ゆずゼリー(馬路村)	キューちゃんの玉子焼き さばの塩焼き ぐる煮
2月	最も寒い時期な ので温かい料理を多 く取り入れる	節分	いわしのかば焼き 節分豆(幼児提供不可)	めひかり おきうるめ 水菜 大根 菜の花 ブロッコリー ほうれん草 白菜 文旦 いよかん きんかん	沖うるめ天(御畳瀬) 焼きプリンタルト(円行寺) いちごジャム(介良)	めひかりのからあげ おきうるめのあげ煮 みませの沖うるめ天 菜の花のおひたし ブロッコリーのサラダ
3月	行事食を通じて成 長と健康を喜びあ うことのできる献 立を取り入れる	ひなまつり(小学校) 桃の節句(中学校) 卒業式	ちらしずし ひなあられ むらさきごはん	さわら 水菜 清見オレンジ	高知のにらまん(高知県)	さわらの西京焼き 高知のにらまん 水菜のごま和え

○高知市学校給食地場産物活用計画例

(毎年度作成)

	食品名(製造・購入元)	産地 (食材数)	献立名(予定)		備 考
			統一	針木・長浜センター	
毎月	鳴子味噌(JA)	高知市(介良)他	味噌汁等	味噌汁等	毎月1回みそ汁に鳴子みそ(白鷺米使用)を使用
					みそ汁の代わりに他の料理へ使用可
	ゆず果汁(JA)	高知市(土佐山)	料理全般	料理全般	
	米粉パン(米粉パンミックス)	高知市	もちふわパン	もちふわパン	統一献立・春野は、6、11月に2回使用
					針木・長浜センターは、6月に2回使用
4月	たけのこ(JA)	高知市(七ツ淵)他			
	山菜漬(JA)	高知市(土佐山)他			
5月	たけのこ(JA)	高知市(七ツ淵)他			
	山菜漬(JA)	高知市(土佐山)他			
	しゃくし菜漬	南国市			
	いちごのタルト	高知市(介良)			
	白鷺米	高知市(介良)			
6月	いたどり	高知市(鏡)			
	高知のにらまん	高知県			
	お米のムース	高知市			
	しゃくし菜漬	南国市			
	いちごジャム(JA)	高知市(介良)			
7月	れいぼく牛のコロッケ(嶺北)	高知県			
9月	ゴーヤバーグ	高知県			
	白鷺米	高知市(介良)			
	米粉ナン	高知市			
	いちごジャム(JA)	高知市(介良)			
10月	四方竹(JA)	高知市(七ツ淵)他			
	梅干し(JA)	高知市(鏡)			
	はちきん地鶏のミンチカツ	高知県			
	新高梨ジャム	高知市(針木)			
11月	はちきんコロッケ	高知県(本山町)			
	米タルト(業者)	高知市			
	土佐山のゆずばん酢	高知市			
12月	ゆず果汁(JA)	高知市(土佐山)			
	しゃくし菜漬	南国市			
	宗田節	高知県(土佐清水市)			
	梅干し(JA)	高知市(鏡)			
1月	キューちゃんの玉子焼き(業者)	高知県			
	しゃくし菜漬	南国市			
	ゆずゼリー	高知県(馬路村)			
2月	沖うるめ天(業者)	高知市(御豊瀬)			
	焼きプリンタルト	高知市(円行寺)			
	いちごジャム(JA)	高知市(介良)			
3月	めひかり天(業者)	高知市(御豊瀬)			
	高知のにらまん(業者)	高知県			

○安全性の確保を目的とした学校給食提供の考え方

《参考》

学校給食における食物アレルギー対応指針(文部科学省)

- 食物アレルギー対応を考慮した献立内容の工夫
- 食材の原材料表示
- 誰が見ても分かりやすい献立表の作成
- 弁当対応の考慮が必要な対象

Ⅰ 献立を作成するうえで

(1)除去を意識した献立

- ①特に重篤度の高い原因食物(そば・ピーナッツ)を使用しない。
- ②特に発症数の多い原因食物(卵・乳・小麦・えび・かに)への配慮。
 - ・使用頻度を検討する。
 - ・1回の副食(デザート含む)において、複数の料理に同じ原因食物を使用しない。
(かきたま汁〈卵〉+米タルト〈卵〉 など)
 - ・組合せを考慮する。(スクランブルエッグ〈卵〉+マカロニサラダ〈小麦〉 など)
 - ・同じ原因食物を使用する献立日は、週単位で検討する。(同じ週内に偏らない。)
 - ・加工食品の選定にあたっては、全体での使用を意識する。
- ③できるかぎり、1回の給食で複数の料理に同じ原因食物(特定原材料および特定原材料に準ずる食物:28品目)を使用しない。
(例:鯖のごまみそ焼〈ごま〉+ごま和え〈ごま〉 など)
- ④新規発症の原因となりやすいバナナ, キウイフルーツは献立に使用しない。

(2)新規に症状を誘発するリスクの高い食物の少ない献立

- ①新規発症の原因となりやすい食物(種実、木の実類など)を使用する場合は、献立作成委員会を経ること。基本的に金額調整や自由献立で、年間を通じて初めての使用となる食品(カシューナッツ, 栗, 銀杏など)を安易に使用しない。
※献立を使用しないこととしているピーナッツとバナナ, キウイフルーツは、自校に対象者がいない場合や自由献立であっても使用しない。

(3)調理場における調理作業を意識した献立

- ①発症数の多い原因食物を使用しない調理方法を考慮する。
- ②原因食物が料理に使用されていることが目で見てわかる調理方法を検討する。
- ③原因食物が使用されていることが明確な料理名とする。
(うずら卵とじゃがいものうま煮〈うずら卵〉, 大豆のカミカミあげ〈大豆〉 など)
- ④魚は、全て魚名をつけた料理名とする。(魚のみそあんかけ → さばのみそあんかけ)

2 学校給食を提供するうえで弁当対応の考慮が必要な対象

(1)極微量でも反応が誘発される可能性がある場合

- ①調味料・だし・添加物の除去が必要。
- ②加工食品の原材料の欄外記入(注意喚起表示)についても、医師より除去指示がある。

～注意喚起例～

- ・ 同一工場、製造ライン使用によるもの
「本品製造工場では〇〇(特定原材料等の名称)を含む製品を製造しています。」
- ・ 原材料の採取方法によるもの
「本製品で使用しているしらすは、えび、かにが混ざる漁法で採取しています。」
- ・ えび、かにを捕食していることによるもの
「本製品(練り製品)で使用しているスケソードラは、えび、かにを食べています。」

- ③多品目の食物除去が必要。
- ④食器や調理器具の共用ができない。
- ⑤油の共用ができない。
- ⑥その他、上記に類似した理由で学校給食での対応が困難と考えられる場合。

(2)施設の整備状況や人員等の体制が整っていない場合

- ①単にエピペン[®]所持であるとか、アナフィラキシーやアナフィラキシーショックの既往があるだけで弁当対応にする必要はなし。
- ②上記(1)に該当する場合、主治医にそこまでの対応が必要であるか改めて確認することが望まれる。

第3 年間献立作成について（統一献立 針木・長浜学校給食センター献立）

1 本年度年間献立について 年間献立表（別冊）

(1)本年度高知市学校給食年間献立作成計画・本年度高知市学校給食地場産物活用計画に基づき作成。

- ・高知の食べものいっぱい入っちゅう日：毎月任意の日（県事業）
高知家のカレー（カレーの日）：6月19日または6月の任意の日
高知家のおだし（だして味わう和食の日）：11月24日または11月の任意の日
- ・その他、関連事業の協力依頼によるもの。

(2)年間献立作成後の献立変更。

- ・ワタシ、ボクの好きな料理優秀賞受賞献立の採用。

(3)実施スケジュールは、献立の流れについて（本年度分内容）のとおり。

2 次年度年間献立作成について

(1)次年度高知市学校給食年間献立作成計画（案）・次年度高知市学校給食地場産物活用計画（案）に基づき作成。

- ・献立は、前年度年間献立をベースとして作成する。
- ・引継ぎファイルの記録と活用。
- ・地場産物、郷土料理など県教委発行のレシピ等を活用する。
- ・新献立は、月1～2点程度取り入れる。
- ・高知の食べものいっぱい入っちゅう日を月に1回設定。
- ・学校給食リバイバル料理アンケートの集計、北見市給食献立レシピ等の資料を参考とする。
- ・高知市学校給食会提供の使用可能食品を参考とする。

(2)作成スケジュールは、献立の流れについて（次年度分内容）のとおり。

3 年間献立作成・物資選定の流れについて

(1)次年度年間献立作成会：6・7月（2回開催予定）

- ・年間献立作成計画に沿った献立案の作成及び、学期毎の調整。

※近年使用のない物資については、調達が可能か給食会に事前確認のこと。

(2)新献立試作会：第1回業務連絡会の午前に予定。

(3)献立原案学校配付：9月

(3)意見集約（献立作成委員）：10月

(4)献立作成委員打合せ：10月

(5)献立作成委員会開催通知（献立送付）：12月

- ・献立作成委員会では、次年度年今献立（案）の説明。

(6)物資購入委員会（次年度1学期物資選定）：2月

4 物資選定について

(1)物資購入委員会・随意契約物資選定では、物資そのものだけではなく、業者から提出される食品情報からも、児童生徒の給食として提供するものに適しているか確認する。

(2)その他、関係機関のホームページ等から正しい情報を収集する。

→検索ワード

5 学校給食使用食品情報について

- ・ 学期給食用物資価格表：学期毎に作成。（高知市学校給食会）
- ・ 学校給食使用食品情報作成会：学期毎に使用食品情報を作成。
（学期の各月担当者＋物資購入委員）
- ・ 物資随意契約会：月毎に学校給食使用食品情報を作成。（各月担当者）

配付の方法（統一献立）

	栄養教諭等配置校 鏡学校給食センター	栄養教諭等未配置校
学校給食調理場用	教育政策課から職員情報共有システムにて栄養教諭等に送付 栄養教諭等が印刷，調理場へ	教育政策課が印刷 高知市学校給食会の献立便で調理場へ
食物アレルギー対応の必要な児童生徒用	教育政策課から職員情報共有システムにて栄養教諭等に送付 栄養教諭等が印刷，家庭へ	教育政策課が印刷 17日頃のアレルギー対応便にて，学校担当者経由で家庭へ

配付の方法（針木・長浜学校給食センター）

	針木・長浜学校給食センター	針木・長浜学校給食受配校
学校給食調理場用	教育政策課から職員情報共有システムにて栄養教諭に送付 栄養教諭が印刷，調理場へ	
食物アレルギー対応の必要な生徒用	教育政策課から職員情報共有システムにて栄養教諭に送付 栄養教諭が印刷，学校へ 学期毎の学校給食使用食品情報は，教育政策課が印刷	14日頃 栄養教諭が学校へ送付 学校担当者経由で家庭へ

6 献立一覧表の作成について

- ・ 献立一覧表作成について（給食物資に係ること）を参照。
- ・ 針木・長浜学校給食センターは，針木・長浜学校給食センター 物資納入スケジュールを参照。

7 給食指導資料作成について

- ・ 給食時間における食に関する指導の内容，給食指導資料例（統一献立），スクールランチ（針木・長浜学校給食センター献立），給食時間における食に関する指導内容一覧表等を参照。

8 調理手順・新献立カードの作成について

- ・ 調理手順記入例（統一献立のみ）及び新献立カード作成についてを参照。

9 自由献立について（統一献立のみ）

学期	実施期間	給食会への 献立提出締切	担当校週間献立表 提出締切	地場産物使用割合集 計提出締切
1 学期	7 月 1 日～7 月 19 日 学校の給食最終日を除く	6 月 5 日	6 月 5 日 提出先：教育政策課	7 月 26 日 提出先：教育政策課
2 学期	11 月 1 日～12 月 25 日 学校の給食最終日を除く	実施の 前月 5 日	実施の前月 5 日 提出先：教育政策課	12 月 26 日 提出先：教育政策課
3 学期	1 月 8 日～1 月 31 日	12 月 5 日	12 月 5 日 提出先：教育政策課	2 月 14 日 提出先：教育政策課

- ・実施日は、高知の食べもののいっぱい入っちゃう日や行事食の日は除く。
- ・高知市学校給食会への献立提出締切日及び教育政策課への集計提出締切日が休日の場合は、その前日までに提出。
- ・自由献立の登録については、「給食管理システム EIBUN 学校版 操作マニュアル」で確認する。
- ・担当校の自由献立は、担当校の実施日に入力し、週間献立表を教育政策課学期担当者に教職員情報共有システムにて送信する。
- ・週間献立表は、栄養教諭等未配置校に配付するので、複数の学校の献立をまとめたり、加工したりせず 1 校 1 枚で作成する。
- ・自由献立で使用する加工品の食品情報は、自校分、担当校分共に業者から取り寄せる。
- ・業者からの食品情報は、保護者へそのまま渡すことができないため、自校分、担当校分共に各自で作成する。
- ・作成した学校給食使用食品情報は、担当校へ送付する。
- ・地場産物使用割合集計は、自由献立、地場産物使用割合集計についてで確認する。

第 4 年間献立等担当者一覧表 ＊省略

献立実施月	担当者	指導資料/調理手順 確認者	担当者	献立作成時期	物資購入委員会準備
	統一献立		針木・長浜 学校給食センター 献立		
省 略					

担当者：献立・指導資料・調理手順・新献立カード作成 ※調理手順は統一献立のみ

第5 献立作成の流れについて（本年度分・次年度分スケジュール）

本年度分 内 容	次年度分 内 容	担当者	実施予定日 および会場
5月随意契約物資選定		5月・6月担当 教育政策課 給食会	省 略
2学期献立物資（価格を含む）確認 2学期物資入札資料提出		2学期担当	
2学期物資入札資料作成		教育政策課 給食会	
6月随意契約物資選定		6月・7月担当 教育政策課 給食会	
2学期物資入札説明会		教育政策課 給食会	
2学期物資業者から見積書提出		給食会	
7月随意契約物資選定		7月・9月担当 教育政策課 給食会	
物資購入委員会（2学期分） ※物資と全食品情報のチェック ※必要に応じて新献立の試作		物資購入委員 2・3学期担当 教育政策課・給食会	
中学校献立作成委員会 ※献立再確認・献立変更 等		献立作成委員 教育政策課 給食会	
献立作成委員会 ※献立再確認・献立変更 等		献立作成委員 教育政策課 給食会	
2学期物資入札		教育政策課 給食会	
2学期使用食品情報作成会		物資購入委員 2学期担当 教育政策課	
9月随意契約物資選定		9月・10月担当 教育政策課 給食会	
	年間献立原案データ入力締切	年間献立担当	
	新献立試作会（必要時）	年間献立担当	
	中学校年間献立作成会① ※年間献立概要説明 ※献立原案の説明 学期毎打合せ	中学校年間献立担当者 教育政策課 給食会	
	年間献立作成会① ※年間献立概要説明 ※献立原案の説明 学期毎打合せ	年間献立担当者 教育政策課 給食会	
	献立原案作成（データ入力） 献立のねらい・献立作成チェック資料・ 新献立カード提出→教育政策課へ	年間献立担当 教育政策課	

本年度分 内 容	次年度分 内 容	担当者	実施予定日 および会場
	中学校年間献立作成会② ※年間献立原案 検討	中学校籍 栄養教諭 中学校兼務 栄養教諭等 教育政策課 給食会	省 略
	年間献立作成会② ※年間献立原案 検討	小学校籍 栄養教諭等 教育政策課 給食会	
10月随意契約物資選定		10月・11月担当 給食会 教育政策課	
	献立原案修正（データ入力）	年間献立担当	
	学校へ献立（案）及び意見書の文書発送	教育政策課 給食会	
3学期献立物資（価格を含む）確認 3学期物資入札資料提出		3学期担当	
11月随意契約物資選定		11月・12月担当 教育政策課 給食会	
3学期分物資入札資料作成		教育政策課 給食会	
3学期物資入札説明会		教育政策課 給食会	
	各校から提出された意見を献立作成委員が 集約	献立作成委員 教育政策課 給食会	
	献立作成委員打合せ会 ※打合せ内容を献立担当者に連絡	献立作成委員	
3学期物資業者から見積書提出		給食会	
12月随意契約物資選定		12月・1月担当 教育政策課 給食会	
物資購入委員会（3学期分） ※物資のチェックと試作 全食品配合表のチェック		物資購入委員 当年度3学期担当 次年度1学期担当 教育政策課・給食会	
	献立原案を修正（データ入力） 各学校からの意見を反映	年間献立担当	
3学期物資入札		教育政策課 給食会	
3学期使用食品情報作成会		物資購入委員 3学期担当 教育政策課	
1月随意契約物資選定		1月・2月担当 教育政策課 給食会	
	献立作成委員へ献立（案）の文書発送	給食会 教育政策課	

本年度分 内 容	次年度分 内 容	担当者	実施予定日 および会場
	献立作成委員会（中学校）	献立作成委員 年間献立担当 教育政策課・給食会	省 略
	献立作成委員会（小学校）	献立作成委員 年間献立担当 教育政策課・給食会	
	献立（案）を修正（データ入力）	年間献立担当	
2月随意契約物資選定		2月・3月担当 教育政策課 給食会	
	I 学期献立物資（価格を含む）確認 I 学期入札物資資料提出	I 学期担当	
	I 学期物資入札資料作成	教育政策課 給食会	
	I 学期入札説明会	教育政策課 給食会	
3月随意契約物資選定		3月・4月担当 教育政策課 給食会	
	I 学期業者から見積書提出	給食会	
	物資購入委員会（I 学期分） ※物資のチェックと試作 全食品情報のチェック	物資購入委員 I・2 学期担当 教育政策課・給食会	
	I 学期物資入札	給食会	
	4月随意契約物資選定	4月・5月担当 教育政策課 給食会	
	I 学期使用食品情報作成会	物資購入委員会 I 学期担当 教育政策課	
	年間献立表を学校に送付	教育政策課 給食会	
	5月随意契約物資選定	5月・6月担当 教育政策課 給食会	

＊随時契約物資選定 15：30～17：00 ＊物資購入委員会・年間献立作成会 終日 ＊献立作成委員会 14：00～17：00
 ＊使用食品情報作成会 10：00～17：00 ＊献立作成委員打合せ会 13：30～17：00

第6 年間献立作成・物資選定・実施後の流れについて

※メールは職員情報共有システムを利用してください。

統一献立	針木・長浜学校給食センター献立
年間献立について【4月 食育・学校給食実務研修会】 年間献立作成について概要説明。	
年間献立作成会（統一献立）【6月・7月】 1回目 （年間献立担当・新規採用栄養教諭・教育政策課・高知市学校給食会） ・次年度年間献立は前年度年間献立。 実施済献立（EIBUN 統一献立）をベースに作成。 （引継ファイル反省・注意事項等） ・実施月を変更する献立の入れ替え等の作業。（EIBUN） ・献立作成チェック資料（様式使用）を作成，教育政策課にメール。 ※教育政策課が会議資料を作成。 ①学校給食献立表 【A 4 20 部】（全体協議） ②献立作成チェック資料【A 4 20 部】（全体協議） ③学校給食栄養月報 【A 4 7 部】（学期毎に協議） ④週間献立表 【A 4 7 部】（学期毎に協議） 2回目 （統一献立実施校・春野東小・高知特別支援学校栄養教諭等・教育政策課・高知市学校給食会） ・1回目の年間献立作成会後，調整した献立案をもとに月毎・学期毎に検討。 ①献立のねらい（様式使用） ②献立作成チェック資料（様式使用） ③新献立カード（様式使用）※試作した写真を入れる ④1か月あたりの価格確認 以上を月担当者が作成し，教育政策課にメール。 教育政策課が会議資料を作成。 ※価格について，価格表に入っていないものは高知市学校給食会に確認。食品コードがない場合は食品情報を準備→教育政策課に連絡。	中学校年間献立作成会（針木・長浜学校給食センター献立）【6月・7月】 1回目 （針木・長浜学校給食センター栄養教諭・教育政策課・高知市学校給食会） ・次年度年間献立は前年度年間献立をベースに作成。 （引継ファイル反省・注意事項等） ・献立作成チェック資料を作成，教育政策課にメール。 ※教育政策課が会議資料を作成。 ①学校給食献立表 【A 4 11 部】（全体協議） ②献立作成チェック資料【A 4 11 部】（全体協議） ③学校給食栄養月報 【A 4 11 部】（全体協議） ④週間献立表 【A 4 11 部】（学期毎に協議） 2回目 （学校給食センター・統一献立親子給食実施校・高知特別支援学校栄養教諭等・教育政策課・高知市学校給食会） ・1回目の中学校年間献立作成後，調整した献立案をもとに，月毎・学期毎に検討。 ①献立のねらい（様式使用） ②献立作成チェック資料（様式使用） ③新献立カード（様式使用）※試作した写真を入れる ④1か月あたりの価格確認 以上を月担当者が作成し教育政策課にメール。 教育政策課が会議資料を作成。 ※価格について，価格表に入っていないものは高知市学校給食会に確認。食品コードがない場合は食品情報を準備→教育政策課に連絡。
新献立試作会 必要に応じて，試作会を行う。（第1回業務連絡会の午前 10 月頃） 試作する場合は，新献立試作会様式を作成し教育政策課まで連絡。 特別な食材を使用する場合は高知市学校給食会に相談。 <u>盛り付け用の食器と撮影用のカメラ等は月担当者が持参する。</u> 一人分の量：小学校は中学年，中学校は中学生の分量を計量して使用する食器へ盛り付け，写真撮影をすること。 新献立カードに一人分の分量（大量調理を考慮する）と，写真を入れる。	

統一献立	針木・長浜学校給食センター献立
学校給食献立表（案１）の作成【８月下旬】 ※実施校意見集約用 ①献立原案修正（データ入力） ②献立のねらい修正（様式使用） ③献立作成チェック資料（様式使用） 教育政策課にメール。	
学校給食献立表（案１）の送付（教育政策課）【９月】 ・月担当者の作成した献立案をとりまとめ、教育政策課から給食実施校、学校給食センターに文書送付。	
学校給食献立表（案１）への意見の集約（献立作成委員）【１０月～１１月中旬】 ・各学校からの意見を献立作成委員が集約、献立作成委員が打合せし、月担当者へ連絡する。（様式使用） 栄養教諭等→栄養教諭等の献立作成委員 学校給食調理員→学校給食調理員の献立作成委員 ・調理業務受託者の意見については、栄養教諭等が協議、連絡。	学校給食献立表（案１）への意見の集約（献立作成委員）【１０月中旬】 ・各センターからの意見を献立作成委員が集約し、月担当者へ連絡する。（様式使用） ・調理業務受託者の意見については、栄養教諭等が協議、連絡。 ・集約した意見を教育政策課へ提出。
学校給食献立表（案２）の作成【１１月下旬】 ※献立作成委員会用 ・上記意見等について検討し、献立（案１）を修正、献立作成委員会用の（案２）を作成。 ①給食実施校、学校給食センターからの意見を反映させ、献立原案修正（データ入力） ②献立ねらい修正（様式使用） 教育政策課にメール ③献立作成チェック資料の修正（様式使用） ※１か月あたり価格の確認（２回目）教育政策課にメール。 学校給食献立表（案２）の送付（高知市学校給食会）【１２月初旬】 ・月担当者の作成した献立案を教育政策課がとりまとめ、原稿を作成。 ・高知市学校給食会から、献立作成委員・月担当者に文書・献立（案）送付。	
献立作成委員会の実施（高知市学校給食会）【１２月】 （年間献立担当、献立作成委員、教育政策課、高知市学校給食会） ・１か月あたり、１０分程度で説明できるように事前に準備をしておく。（５分質疑応答） ・献立のねらいや行事食、新献立、旬の食材、地場産物などの特徴ある献立について週間献立表を使用しながら説明する。（週間献立表は、ページ数や日付を言って説明する） ・献立作成委員からの意見や質問に対応する。	
年間学校給食献立表（決定）の作成（献立担当） ※配付用 ①献立作成委員会の意見をうけて、献立（案２）を修正。 ②献立ねらい修正（様式使用） 教育政策課にメール。 ③献立作成チェック資料の修正（様式使用） ※１か月あたり価格の確認（３回目）教育政策課にメール。 ※３月以降、１学期入札物資価格決定後、高知市学校給食会提供の最新の価格表にもとづき給食管理システム EIBUN に単価登録を行うので、価格の入っていない食材があれば、教育政策課まで連絡。	

統一献立	針木・長浜学校給食センター献立
Ⅰ 学期物資入札用の月別物資集計表の作成（Ⅰ学期の各月担当者）【Ⅰ月中旬】 ・年間献立物資の確認。 ・様式（物資使用量・物資入札資料）に入力し，教育政策課学期担当者と確認。 ・その他，物資について配合等指定事項がある場合は合わせてメール。 ・使用する魚・肉等の切り方を週間献立表に入力してメール。 ・Ⅰ学期分を教育政策課がまとめデータ作成，入札資料データを作成し，高知市学校給食会にメール送信。	
Ⅰ 学期物資入札資料の作成（高知市学校給食会）【Ⅰ月中旬】 ・前年度の物資使用実績等を勘案し，数量修正等行い，入札資料を作成。 Ⅰ 学期物資入札説明会の実施（高知市学校給食会・教育政策課）【Ⅰ月下旬】	
Ⅰ 学期物資購入委員会の実施（高知市学校給食会）【Ⅱ月中旬】 ・準備・食品情報チェック…Ⅰ学期・Ⅱ学期担当者（エプロン・三角巾・印鑑持参） ・会議への参加…物資購入委員（印鑑持参）	
Ⅰ 学期物資入札の実施（高知市学校給食会・教育政策課）【Ⅲ月初旬】	
4月随意契約物資選定（月担当者・次月担当者・高知市学校給食会・教育政策課）【Ⅲ月初旬】 ・物資決定，学校給食使用食品情報作成。	
Ⅰ 学期入札物資 学校給食使用食品情報作成会の実施（Ⅰ学期の各月担当者・物資購入委員・教育政策課）【Ⅲ月初旬】 ・学期学校給食用物資価格表（給食会作成）に合わせて，学校給食使用食品情報作成。	
年間学校給食献立表（決定）（統一献立 針木・長浜学校給食センター献立）の送付（教育政策課）【4月末】	
給食の実施（実施月前後の詳細については「月献立の流れ」確認）	
第Ⅰ回献立作成委員会の実施（高知市学校給食会）【6月中旬】 （統一献立，針木・長浜学校給食センターは別日に開催） ・今年度の年間献立と前年度第Ⅱ回献立作成委員会で承認について説明。 ・前回の献立作成委員会の献立から追加になっているもの等の説明。 ・会議への参加：献立作成委員	
献立連絡票まとめ ・献立連絡票をもとに，献立内容を学期毎に検討。（学期の各月担当者・教育政策課） ・検討後，料理を給食管理システム EIBUN にてカード化。（教育政策課）	
引継ファイルの作成 実施後2か月以内に仕上げ，次々年度の月担当者に送付又は実務研修会に持参する。 ※<u>3年以上経過</u>のファイルは教育政策課に返却。	

第7 月献立の流れ

○統一献立

※メールは職員情報共有システムを利用してください。

献立一覧表（グループ分け）作成【実施月の2か月前～】

月担当者が案を作成，教育政策課と高知市学校給食会に確認，検討→完成。

教育政策課より学校へ「献立一覧表（エクセル）」を前月1日頃送信。

随意契約物資選定に関わる資料作成【実施月の2か月前～】

月担当者は，随意契約物資選定に必要な指定事項を教育政策課へ前々月20日までに連絡。

高知市学校給食会が，随意契約物資選定にかかる連絡を業者に行い，給食実施校ごとの現場用献立表を作成。

給食指導資料（☆1）作成【実施月の2か月前～】

月担当者が，案を作成，前々月担当へ送信・確認→教育政策課へ前々月20日までに送信→確認・修正→決裁→完成→教育政策課（高知市学校給食会）より学校へ。

調理手順・新献立カード（☆2）作成【実施月の2か月前～】

月担当者が，案を作成，前々月担当へ送信・確認→教育政策課へ前々月25日までに送信→確認・修正→完成→教育政策課（高知市学校給食会）より学校へ。

家庭配付献立表原稿作成【実施月の1か月半前～】

月担当者が，給食管理システム EIBUN「印刷 お気に入り 月間献立表（3色A4）」の表を作成→教育政策課に前々月25日までに送信→教育政策課が原稿作成→校正→完成→学校配付。

月担当者は，献立名（焼き物機使用献立・焼き物機未設置校献立）・食材名・アレルギー物資等確認。

随意契約物資選定（高知市学校給食会・月担当者・次月担当者・教育政策課）【前月3日頃】

学校給食使用食品情報（随意契約物資）（☆3）作成【随意契約後すぐ】

月担当者が，作成→教育政策課へ送信→確認・修正→決裁→完成→教育政策課（高知市学校給食会）より学校へ。

食物アレルギー対応資料（週間献立表・学校給食使用食品情報）作成（教育政策課）【前月17日頃】

栄養教諭等未配置校へ送付。

献立資料一式の準備（高知市学校給食会・教育政策課）【前月17日頃】

給食実施校毎の現場用献立表（高知市学校給食会）・青果規格表の作成・印刷。（高知市学校給食会）

現場献立表の表紙・献立連絡票・青果品質連絡票の作成・印刷。（教育政策課）

指導資料（☆1） 調理手順・新献立カード（☆2） 学校給食使用食品情報（☆3）の印刷。

（教育政策課）

（☆1・2・3）について，栄養教諭等配置校はメールで送付。栄養教諭等未配置校は市経由便。

物資の発注。献立資料一式送付。（高知市学校給食会）【前月20日頃】

給食の実施

調味料の変更等・・・調理場から月担当者へ連絡→月担当者が検討し，連絡網にて発信。

献立連絡票・・・給食実施校から月担当者へ翌月5日までに提出。（※年度末は変更あり）

青果品質連絡票・・・給食実施校から高知市学校給食会へ翌月5日までに提出。

献立連絡票集計・まとめ・引継ファイル作成（月担当者）

献立の課題を次回年度に生かすよう，改善策を引き継ぐ。

日付	献立一覧表	給食指導資料	調理手順 新献立カード	随意契約等	家庭配付献立表	配付物
前々月	グループ分け案 (実施月2か月前～) 月担当者：案作成 高知市学校給食会に 物資確認のこと 月担当者→教育政策課へ→ 高知市学校給食会 教育政策課→月担当者確認 自由献立月分：早めに 期日：※1参照	指導資料 (実施月2か月前～) 月担当者：作成→確認者へ 確認者：チェック →月担当者へ	調理手順・新献立カード (実施月2か月前～) 月担当者：作成→確認者へ 確認者：チェック→担当へ	随意契約物資選定に関わる 資料作成 月担当者：入札資料作成時に 魚・肉の切り方等連絡 →教育政策課へ		
前月	翌月献立一覧表送信 (前月1日頃) 教育政策課→全校	月担当者：指導資料修正 (前々月20日まで) 月担当者→教育政策課へ 教育政策課→月担当者へ	担当：調理手順修正 新献立カード修正 (前々月25日まで) 月担当者→教育政策課へ 教育政策課→担当へ	随意契約(前月3日頃) 使用食品情報作成 月担当者→教育政策課へ 確認→完成 (前月12日頃) 教育政策課→全校(17日頃) (栄養教諭等：メール送信) (栄養教諭未配置：市經由便)	担当：原稿作成 ※給食管理システムEIBUN ②家庭配付献立表使用 (前月1日まで) 月担当者→教育政策課へ 校正後、片内印刷 棚入れ(前月18日頃)	教育政策課・高知市学校給食会作成 ・食物アレルギー対応資料 教育政策課→栄養教諭未配置校 (17日頃市經由便) ・週間献立表 ・使用食品情報 ・その他資料 高知市学校給食会→栄養教諭未配置校 (20日頃市經由便) ・青果品質連絡票 ・献立連絡票 ・献立表表紙 ・現場用献立表
実施月						

※1グループ分け：自由献立月 早期確定必要

7月	→4月末に確定	自由献立	5月上旬発送
11月	→9月初めに確定	自由献立	9月中旬発送
12月	→10月初めに確定	自由献立	11月上旬発送
1月	→11月初めに確定	自由献立	11月上旬発送

学期の学校給食使用食品情報作成

2学期	→7月初旬
3学期	→11月末
次年度1学期	→3月上旬

○針木・長浜学校給食センター献立 ※メールは職員情報共有システムを利用してください。

献立一覧表（グループ分け）作成作業【実施月の2か月前～】

月担当者が案を作成，教育政策課と高知市学校給食会に確認，検討→完成。

教育政策課より学校へ「献立一覧表（エクセル）」を前月1日頃送信。

随意契約物資選定に関わる資料作成【実施月の2か月前～】

月担当者は，随意契約物資選定に必要な指定事項を教育政策課へ前々月20日までに連絡。

高知市学校給食会が，随意契約物資選定にかかる連絡を業者に行い，両センターの現場用献立表を作成。

給食指導資料作成【実施月の2か月前～】

月担当者が，案を作成→両センターで確認→教育政策課に送付→月担当者修正→教育政策課決裁→完成→両センター決裁→学校配付。

家庭配付献立表原稿の作成【実施月の1か半月前～】

月担当者は，給食管理システム EIBUN「印刷 お気に入り 月間献立表（6群2段A3）」の表をもとに原稿の作成→教育政策課に前々月25日までに送信→確認・修正→センター決裁→教育政策課決裁→完成→学校配付。

随意契約物資選定（高知市学校給食会・月担当者・次月担当者・教育政策課）【前月3日頃】

学校給食使用食品情報（随意契約物資）作成【随意契約後すぐ】

月担当者が，作成→教育政策課へ送信→確認・修正→完成→学校配付。

センター現場用献立表（調理手順）の作成【前月10日頃】

月担当者が給食管理システム EIBUNに調理指示を入力。

物資の発注（高知市学校給食会）【前月20日頃】

センター現場用献立表と高知市学校給食会現場用献立表の相互確認【前月25日頃】

発注食材・発注量等を確認。

献立資料一式の準備（高知市学校給食会・センター）【前月20日頃】

献立連絡票作成（教育政策課）→印刷（センター）→学校配付。

青果品質連絡票作成（教育政策課）→印刷（センター）

給食の実施

調味料の変更等・・・調理場から月担当者へ連絡→月担当者が検討し，両センター間で共有。

献立連絡票・・・月担当者へ翌月5日までに提出。（※学期末は変更あり）

青果品質連絡票・・・両センターから高知市学校給食会へ翌月5日までに提出。

月献立の流れ（針木・長浜学校給食センター献立）一覧

日付	献立一覧表	給食指導資料	随意契約等	家庭配付献立表	現場用献立表	配付物
前々月	グループ分け案 (実施月2か月前～) 月担当者：案作成 高知市学校給食会に 物資確認のこと 月担当者→教育政策課 教育政策課→月担当者確認	指導資料 (実施月2か月前～) 月担当者：作成 確認：両センター →教育政策課→月担当者へ	随意契約物資選定に関わる 資料作成(前々月20日まで) 月担当者：入札資料作成時に 魚・肉の切り方等連絡 作成→教育政策課	担当：原稿作成 ※給食管理システムの 月間献立表使用 下段の記事作成 (前々月25日頃まで) 担当→教育政策課へ		
前月	翌月献立一覧表送信 (前月1日頃) 教育政策課→全校	月担当者：指導資料修正 (前月5日まで) 教育政策課決裁→月担当者へ →両センター決裁	随意契約 (前月3日頃) 使用食品情報作成 (随意契約後すぐ) 月担当者→教育政策課へ 教育政策課 →確認後 メール送信 センター→学校へ	校正後、庁内印刷	現場用献立表に調理指示 を入力 (前月10日頃)	教育政策課・高知市学校給食会作成 ・その他資料 高知市学校給食会 (20日頃市經由便) ・青果品質連絡票 ・献立連絡票 ・献立表表紙 ・現場用献立表
中旬		確認→完成 (前月20日頃) 学校に配付		棚入れ (前月18日頃)	センター作成の現場用献立表 と高知市学校給食会作成の 現場用献立表と相互確認	
実施月						

学期の学校給食使用食品情報作成

2学期 → 7月初旬
3学期 → 11月末
次年度1学期 → 3月上旬

第8 物資選定について

○物資入札資料の作成について

○給食管理システム EIBUN の手順 *省略

○物資購入委員会について確認事項

- 参加者：物資購入委員，学期の月担当者，次学期の月担当者
(月担当者は，使用する物資について必ず，業者提出の食品情報と実物を確認する。)
- 持参物：印鑑・エプロン・三角巾・筆記用具

●食品情報チェックについて

食品情報チェックの流れ

- ・一つの食品情報につき，2人で内容確認をする。
- ・確認したら印を押す。
- ・最後に番号順に並べる。

食品情報チェックの視点

- ・製造者名の確認 判定一覧表と食品情報の名称に相違ないか
- ・必要な書類と項目 不足しているものがあれば，判定一覧表にその旨を記入する。
- ・○：必須 △：必須ではない

	原材料が1種類のもの	加工食品
食品情報	△	○
産地表示	○	△
食物アレルギー表示	△	○

- ・原材料について 牛エキス，ゼラチン（牛由来）が含まれている場合は使用できない。
- ・産地について 国産であることを基本とする
国外で，気になる産地が含まれている場合は，一覧表にその産地を記入する
- ・アレルギー 7大アレルギーが，微量に含まれている食品には注意する。
【例】味付けのりに含まれるえび ふりかけに含まれる卵
ホワイトルウに含まれる卵 ハヤシルウに含まれる乳 等
*使用の可否については，使用月の担当者に相談する。
*入札資料作成時において，物資選定の条件として出していない場合は，アレルギーが含まれているからと言って，除外理由にはならないので注意する。

○随意契約物資選定について確認事項

- 参加者：統一献立 当月担当者 次月担当者
センター献立 当月担当者
- ・月担当者は，献立作成時の食材の価格を把握しておく。（例：魚 60g 100 円）
- ・作成時の価格を考慮して物資を選定する。
- ・物資選定時には，業者提出の食品情報を確認する。

令和○年度

Ⅰ 学期 学校給食使用食品情報

引き続き 7 月まで使用します。保管をお願いします。

※ 物資の調達の都合のため変更されることがあります。

学期で使用する場合に○がついています。

統一 小学校・城東中・介良中・大津中・鏡中
土佐山学舎・行川学園

センター 針木・長浜学校給食センターの受配校

週間献立表掲載の
食品名

製造・販売者名

統一	センター
○	○

かつおふりかけ

スティックタイプ味かつお(2.5g)

商品名

◆◆食品

☆☆商店

納入業者名

材料

栄養価

アレルギー物質

ごま(中南米)	エネルギー	425 kcal	卵	
削り節(鰯)(熊本・宮崎)	たんぱく質	31.0 g	乳	
砂糖	脂質	23.6 g	小麦	○
食塩	Ca	1000 mg	えび	
削り節(鰹)(鹿児島)	Mg	210 mg	かに	
しょうゆ	Fe	8.8 mg	そば	
みりん	Zn	4.2 mg	落花生	
酵母エキス	VA	Tr μgRAE	くるみ	
粉末水飴	VB1	0.28 mg	大豆	○
アナトー色素	VB2	0.15 mg		
カラメル色素	VC	0 mg		
	食物繊維	5.1 g		
	食塩相当量	11.7 g		

この表示は、メーカー
のアレルギー表示に
沿っています。

必ず、材料名を確認し
てください。

材料名はこちら

※この製品で使用しているいわしは、えび・かにを食べています。

コンタミ等の表記は
こちらに掲載

○学校給食使用食品情報作成時の注意点　＊手順省略

- (1)個別物資食品情報
- (2)随意契約物資情報

○在庫物資の学校給食使用食品情報について

標記の件につきまして、お知らせいたします。
本年度3学期使用の在庫物資等を使用する際は、下記のように食品情報や表示が違っていることがあります。食品情報の内容を十分にご確認いただきますようお願いいたします。
また、必要に応じて食物アレルギー対応をしている児童生徒の保護者にお知らせいただきますようお願いいたします。

※本年度3学期物資

			統一		センター	
			○		○	
オイスターソース	牡蠣味オイスターソース					
	☆☆株式会社			□□□屋		
材料	栄養価			アレルギー物質		
水飴（国内加工）	エネルギー	116 kcal	卵			
かき（日本）	たんぱく質	3.5 g	乳			
醤油（国内加工）	脂質	0.4 g	小麦	○		
食塩	Ca	mg	えび			
砂糖液糖	Mg	mg	かに			
アルコール	Fe	mg	そば			
加工でんぷん	Zn	mg	落花生			
仕込水	VA	μ g RAE	くるみ			
	VB1	mg	大豆	○		
	VB2	mg				
	VC	mg				
	食物繊維	g				
	食塩相当量	9.1 g				

※次年度1学期物資

		統一		センター	
		○		○	
オイスターソース	美味印オイスターソース				
	(株)★★★		■■■商店		
材料	栄養価		アレルギー物質		
魚介エキス（日本他）	エネルギー	130 kcal	卵		
砂糖（日本）	たんぱく質	8.9 g	乳		
かき（日本）	脂質	0.2 g	小麦		
蛋白加水分解物(日本)	Ca	28.5 mg	えび		
水あめ（日本）	Mg	72.4 mg	かに		
食塩（日本）	Fe	1.62 mg	そば		
酒精（日本）	Zn	1.27 mg	落花生		
増粘剤（加工でんぷん）	VA	μ g RAE	くるみ		
水	VB1	0.04 mg			
	VB2	0.23 mg			
	VC	mg			
	食物繊維	0.2 g			
	食塩相当量	11.7 g			

○献立一覧表作成について（給食物資に係ること）

- ・休み明け（月曜日・祝日明け）に使用できる献立をひと月あたり、休み明け＋3献立は作成する。
- ・1日1献立とする。グループで同じ献立が並ばないようにする。
- ・学期始めは、人数の変動があるので、個数（ふりかけ、魚や鶏肉の切身、ゼリーなど）がある献立は計画しない。

※1学期は4日間、2学期は3日間、3学期は2日間が対象となる。

※学期始めの月は、個数のものを使用しない献立を多く作成しておく。

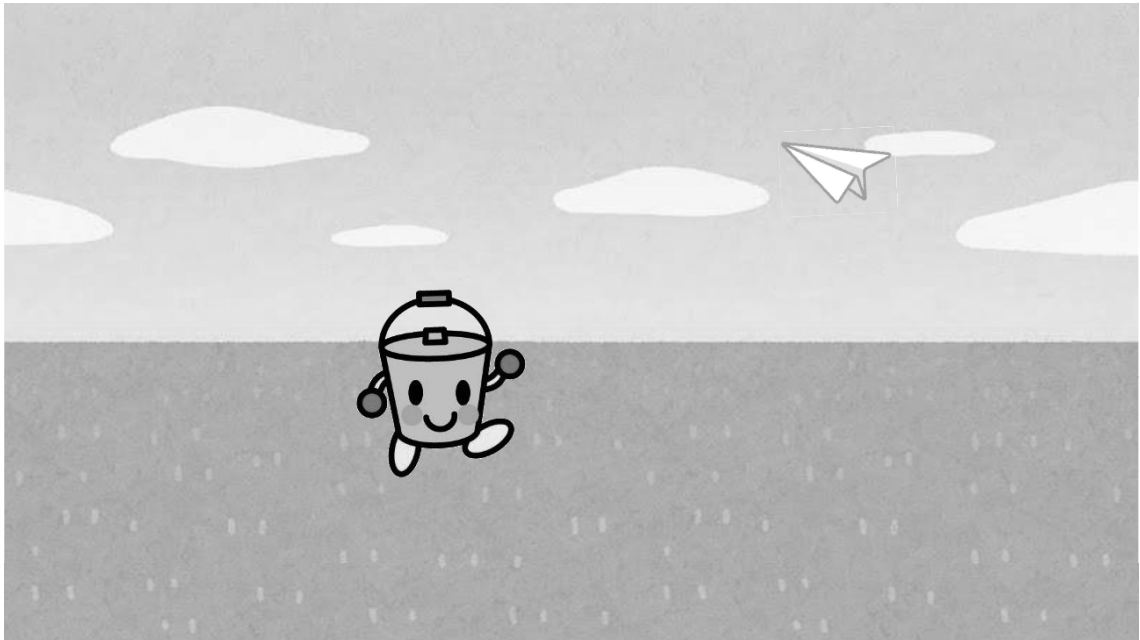
鮮魚	休み明けは入れない。 別の種類の魚で2グループまで
麺	休み明けは入れない。 1日1グループとする。
鶏卵	休み明けは入れない。（少量は可） ※金曜日でもできるだけ避ける。
練り製品	すりみ、めひかり天、沖うるめ天は、休み明けに入れない。 主菜（ちくわの天ぷら等）となる献立は、休み明けに入れない。 主菜（めひかり天、沖うるめ天、ちくわの天ぷら等）の献立は、同じ日に入れない。
かちり	休み明けは入れない。
こんにゃく 豆腐	3グループまで。 ※できるだけ2グループまで。
果物等	2グループまで。 苺、ミニトマト、ぶどうは、休み明けに入れない。 ※みかんも極力避ける。
葉物類	小松菜、ほうれん草、水菜は1グループ1人35g程度、2グループの時は15g程度をめどにする。 使用量によっては、2日間連続して使用できない場合もある。
茹でたけのこ	休み明けは入れない。 使用できる日は年によって変わるので都度確認する。
行事食	もち、かしわもち、ケーキ等 1グループまで ※常温のもちの使用は、月、火、金とする。 行事当日までの実施とする。

※物資について使用時期は、高知市学校給食会に確認してからグループ分けの作業を行う。

○針木・長浜学校給食センター 物資納入スケジュール

物資名		例	前週	前日	当日
			13:45～15:00	13:45～15:00	7:30～8:15
米類		米, 麦	○		
いも類	皮付き	じゃがいも, さつまいも		○	
	皮むき	さといも			○
野菜	根菜類	大根, 人参, 玉ねぎ		○	
	葉菜類	ほうれん草, 小松菜		○	○ (休み明け)
	果菜類	きゅうり, ピーマン		○	
		なす, えんどう			○
	花菜類	ブロッコリー, カリフラワー			○
	水耕栽培	もやし, かいわれ大根			○
	皮むき	洗いごぼう, ささがき			○
果物	柑橘類	みかん, ぶんたん		○	
	りんご等	りんご, 梨		○	
	瓜類	すいか, メロン		○	
	その他	いちご, トマト, ぶどう			○
きのこ		しめじ, えのきたけ		○	
こんにゃく		こんにゃく		○	
魚介類	魚	切り身, 角切			○
		すりみ			○
	じゃこ	しらす干し			○
		かちり, かえり		○	
	冷凍	冷凍エビ, 冷凍いか		○	
	練り製品	ちくわ, すまき			○
肉類	肉	豚肉, 鶏肉			○
	加工品	ハム, ベーコン, ウインナー			○
冷凍食品		コロッケ, 冷凍野菜		○	
卵類		鶏卵		○	
大豆製品	豆腐	豆腐		○	○ (休み明け)
	油使用	油揚げ, 厚揚げ		○	○ (休み明け)
	その他	おから		○	○ (休み明け)
乳類		牛乳, 生クリーム		○	○ (休み明け)
乾物		干ししいたけ, ごま, かつお節	○		
缶詰・レトルト		コーン缶, ツナレトルト	○		
調味料		さとう, しょうゆ	○		
I 食用ふりかけ等		ふりかけ, 佃煮, ドレッシング	○	○	
チルドデザート等		I 食用チーズ, ヨーグルト			○
冷凍デザート類		ゼリー			○
冷凍パン類		パン, ナン			○
麺類		うどん, 中華麺			○

※ 連休明けの納入については要検討



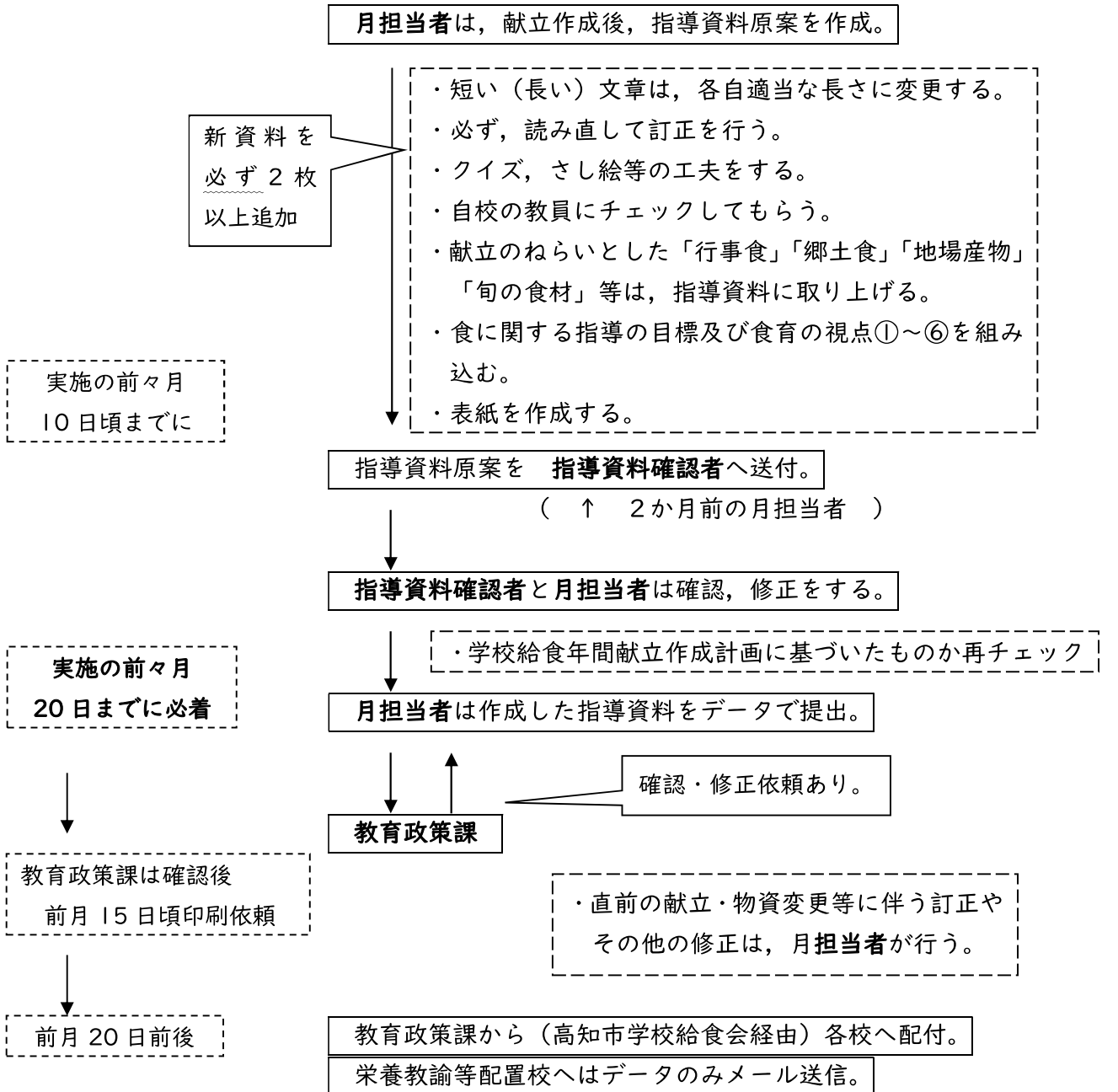
第9 給食指導資料作成について

○統一献立

★書式 : フォント:HG 丸ゴシック M-PRO フォントサイズ:22

ルビ:HG 丸ゴシック M-PRO(カタカナにルビはしない・ふりがなは漢字に合わせる)

★タイムスケジュール



配付について

データ送信: 栄養教諭等: 24名

文書配付 : 未配置校(21校) + 中学校(大津・介良・城東) + 高知市学校給食会
(鏡センター受配校は、学校給食センター栄養教諭等から送付)

※春野東→春野西, 鏡センター→小中義務教育学校3校へ

給食時間における食に関する指導の内容

〇〇〇年度〇月

食に関する指導の目標

- 【知】 知識・技能
【思】 思考力・判断力・表現力等
【学】 学びに向かう力・人間性等

食育の視点

- ① 食事の重要性
② 心身の健康
③ 食品を選択する能力
④ 感謝の心
⑤ 社会性
⑥ 食文化

- 材料の調達等により、献立が変更になる場合もあります。
ご了承ください。
○ ☆は、給食の開始日に使用してください。
○ ★は、焼き物機使用献立(焼き物機未設置献立)



No.	主食	牛乳	副食	目標	食育の視点	育てたい力	指導内容	備考
☆	給食の開始日			学	⑤	食事の環境を整えることができる	給食のきまり	
1	コッペパン	○	とりのケチャップ炒め ポイルキャベツ 中華スープ	学	④	感謝の気持ちをもって食べることができる	給食ができるまで	
2	ごはん	○	厚あげのみそ炒め カルシウムサラダ	知	②	食材の効果やはたらきについて知る	丈夫な骨をつくる栄養素	
3	もちふわパン	○	スパゲティミートソース フレンチサラダ	学	②	食事の環境を整えることができる	手洗いの仕方	
4	チキンカレーライス	○	福神漬 フルーツポンチ	知	①	料理について知る	カレーのおいしさのひみつ	
5	ごはん	○	★しいらのマヨネーズ焼き (しいらのタルタルソースかけ) もやしのごまあえ 若竹汁 一口チーズ	学	⑥	食材について関心をもつことができる	高知の食べもののいっぱい 入ちゅう日	
6	ごはん	○	ホイコーロー ささみときゅうりのナムル	知	⑥	料理について知る	四川料理のホイコーロー	
7	菜めし	○	山菜うどん ぎんびらごぼう	知	⑥	高知の食について知る	高知県の山菜	
8	コッペパン	○	かぼちゃコロツケ 三色ピクルス コーンスープ	知	②	料理について知る	給食のおいしさのひみつ	
9	麦ごはん	○	豚肉とじゃがいものうま煮 おかかあえ しそひじき	思	③	食材について考えることができる	じゃがいもの栄養	
10	のいちごはん	○	春キャベツのゆずあえ 豚汁	思	⑥	料理について考えることができる	地域ならではの給食献立	
11	麦ごはん	○	麻婆豆腐 寒天の中華サラダ	思	③	食材の効果やはたらきについて考えることができる	食べものの3つのはたらき	
12	ごはん	○	いりどりのりあえ 小魚佃煮	学	②	正しい食事のとり方を身に付けることができる	口中調味のよさ	
13	ソフトフランスパン	○	ポークビーンズ グリーンサラダ 小夏	知	⑥	高知の食について知る	小夏のおいしい食べ方	
14	ごはん	○	ちくわ天 野菜の梅あえ 鳴子みそ汁	知	①	正しい食生活について知る	朝ごはんは元気のもと	
15	親子丼	○	くきわかめの酢の物	知	③	食材について知る	卵の保存	
16	たけのこごはん	○	とりの照り煮 おひたし 五目汁	学	⑤	正しい食事のマナーを身に付けることができる	和食のマナー	ACグループ実施
17	五目ずし	○	塩こんぶあえ すまし汁 かしわもち	知	⑥	行事食について知る	端午の節句の食事	BDグループ実施

食に関する指導の目標：知知識・技能 思思考力・判断力・表現力等 学学びに向かう力・人間性等

食育の視点：①食事の重要性 ②心身の健康 ③食品を選択する能力 ④感謝の心 ⑤社会性 ⑥食文化

食に関する指導の目標 3つの柱から

大文字 小文字 ピリオド

学 料理について関心をもつことができる

イラスト・写真等

育てたい力を記入

〇〇日〇〇No. 1

月 日 No.1

指導内容

カレーのおいしさのひみつ



きょう きゅうしょく にほんじん
今日の給食はカレーです。カレーは「日本人
こくみんしょく にんき きゅうしょく
の国民食」といわれるほど人気があり、給食
だいにんき す
でも大人気です。みなさんは、カレーが好きで
すか。給食のカレーがどうしておいし
いのか、そのひみつにつ
よう。

読点は「、」

ふりがなは、文字の上に入れる

まず、スープはとりがらと野菜の皮や芯、ロ
ーリエの葉などを入れて1時間以上煮こんで
つぎ い
ールウを入れてから、
ぶん いじょう
調理さんが大きな釜で30分以上「おいしく
なあれ」と気持ちを込めながら煮こんでいます。
そして、仕上げにしょうゆやウスターソースを
い
入れています。

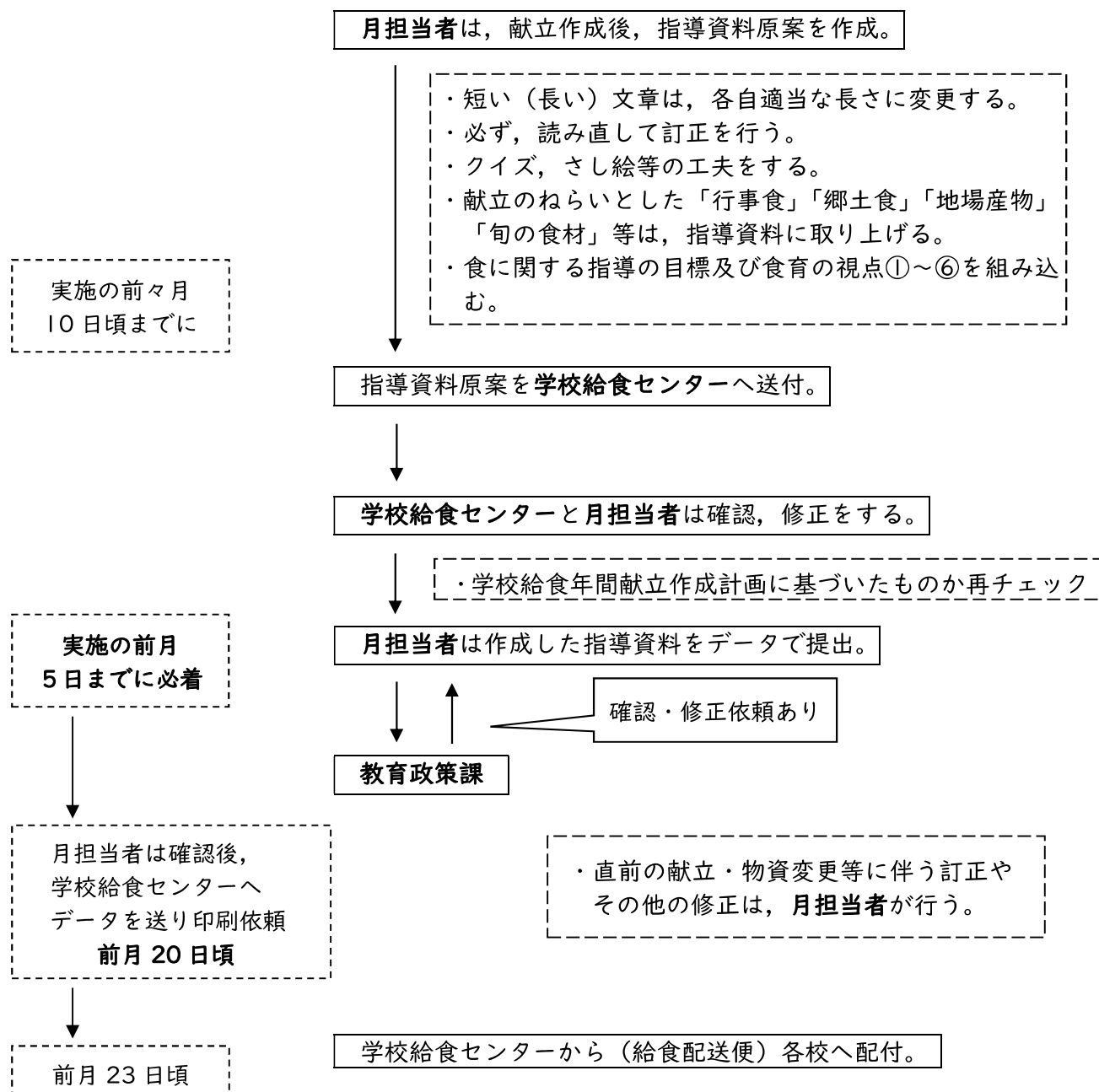
お家で食べるカレーのひみつについても調べ
てみるといいですね。

1か月を通して、3つの柱、6つの食育
の視点がすべて入るように作成する。

○針木・長浜学校給食センター献立

★書式　：　フォント：HG 丸ゴシック M-PRO　　フォントサイズ：16

★タイムスケジュール



配付について

データ送信：学校給食センター

文書配付　：針木学校給食センター：6 校（城北・城西・旭・西部・旭・春野）

：長浜学校給食センター：7 校（潮江・愛宕・一宮・青柳・三里・南海・横浜）

食に関する指導の目標

知	知識・技能
思	思考力・判断力・表現力等
学	学びに向かう力・人間性等

食育の視点

- ① 食事の重要性
- ② 心身の健康
- ③ 食品を選択する能力
- ④ 感謝の心
- ⑤ 社会性
- ⑥ 食文化



月目標:給食のきまりを守ろう

No.	主食	牛乳	副食	目標	食育の視点	育てたい力	指導内容
1	わかめご飯	○	炒めビーフン 野菜のツナあえ	知	⑥	食材について知る	ビーフンの原料
2	ご飯	○	厚揚げの甘辛だれ かつお節サラダ 白玉汁	学	①	食事の環境を整えることができる	給食の準備
3	ご飯	○	豚肉のしょうが炒め ごぼうのマヨネーズあえ 五目汁	学	②	正しい食事のとり方を身に付けることができる	薄味でもおいしくなる工夫
4	ご飯	○	鶏のカレー揚げ こんにやくサラダ 野菜とハムのスープ	思	①	正しい食生活について考えることができる	朝食の大切さ
5	ご飯	○	たけのこのかき揚げ 春キャベツのゆかりあえ 鶏の和風汁	知	②	食材について知る	たけのこの特徴
6	もちふわパン	○	手作りハンバーグ コールスローサラダ コンソメスープ	学	④	感謝の気持ちをもって食べるができる	調理員さんの想い
7	ご飯	○	かつおの揚げ煮 キャベツのささみあえ 新玉ねぎの鳴子みそ汁	知	⑥	高知の食について知る	高知の魚「かつお」
8	麦ご飯	○	豆腐と卵のチャンプルー じゃこ寒天サラダ 型抜きチーズ	知	⑥	料理について知る	沖縄の郷土料理『チャンプルー』
9	土佐の 山菜うどん	○	揚げじゃがいものころばし 大豆のごまマヨネーズあえ りんごのタルト	知	⑥	高知の食について知る	土佐の山菜
10	ご飯	○	鶏肉とじゃがいものうま煮 しょうがの香りあえ 大豆と昆布の佃煮	学	④	感謝の気持ちをもって食べるができる	食事のあいさつ
11	ポークカレー ライス (麦ご飯)	○	ツナサラダ 福神漬 いちごゼリー	思	⑤	食事の環境について考えることができる	1年生の給食開始
12	ご飯	○	麻婆豆腐 じゃこ春雨の酢の物 小夏	知	⑥	高知の食について知る	小夏の特徴
13	ご飯	○	いかのかりん揚げ からしあえ わかめスープ	学	⑤	正しい食事のマナーを身に付けることができる	配膳の確認
14	ご飯	○	さわらの竜田揚げ 大根のささみあえ 若竹汁	学	③	食材について関心をもつことができる	「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」の献立
15	ご飯	○	にらとん 大根のナムル 黒糖ドーナツ	知	⑥	料理について知る	韓国料理『ナムル』
★	ビビンバ (ご飯)	○	ごぼうサラダ 五目スープ	知	②	食材について知る	わかめの特徴



〇月

★School Lunch★



給食時間における食に関する指導の内容

①食事の重要性 ②心身の健康 ③食品を選択する能力 ④感謝の心 ⑤社会性 ⑥食文化

※「ちょこっと食育」には、上記の食育の視点の番号と給食や献立等のねらいを示しています。

【月目標】給食のきまりを守ろう

入学・進級

おめでとうございます

新年度がスタートしました。今年もみなさんが
より良い食生活で健康に過ごすことができるよう、
楽しく美味しい給食を提供していきます。

毎日の給食を、お楽しみに！

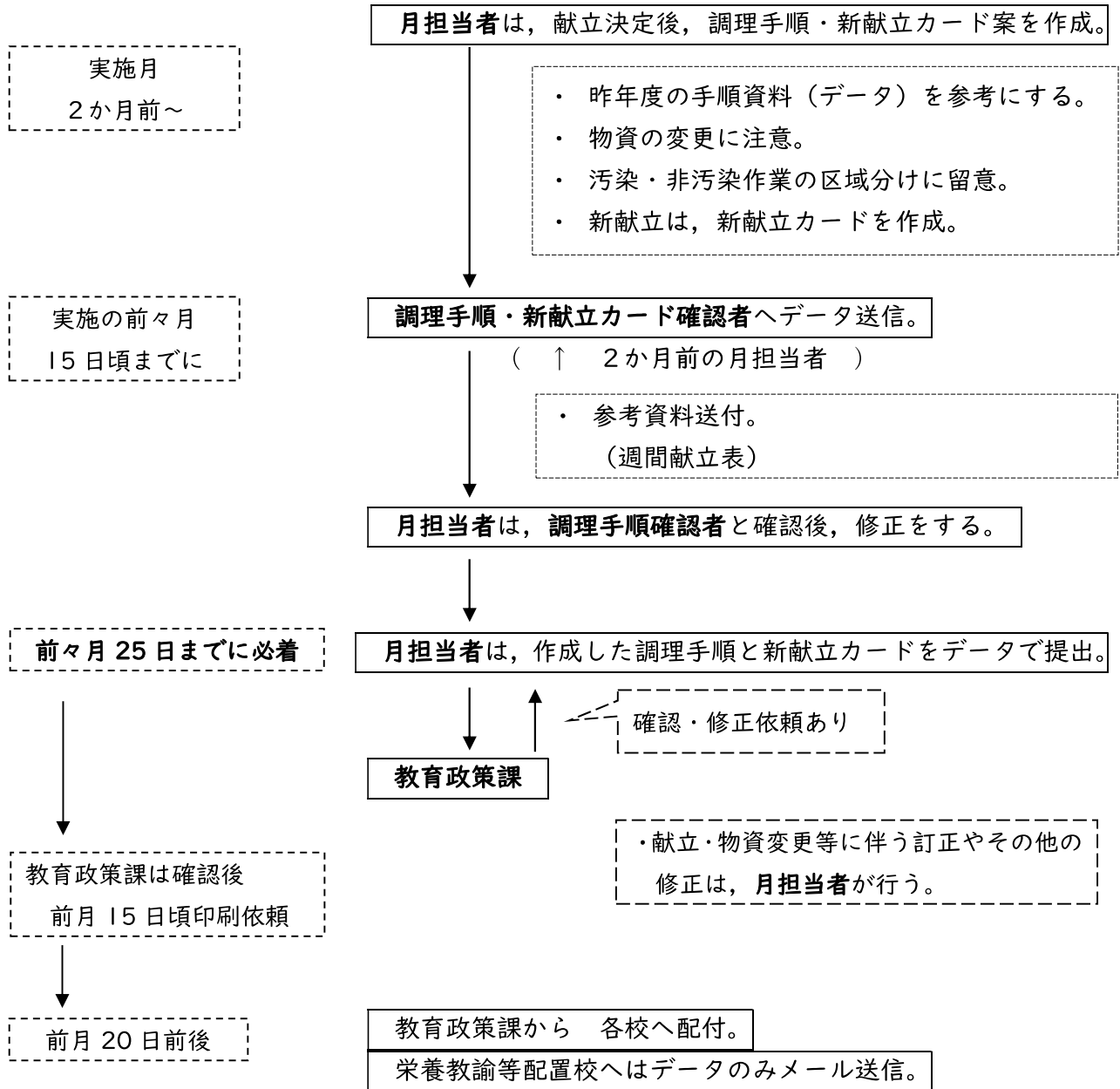
日	曜日	盛り付け表	ちょこっと食育
	火 Tue	野菜のツナあえ MILK わかめ ご飯 炒めビーフ	⑥ 食材について知る ビーフンの原料 みなさんはビーフンが何から作られている麺か知っていますか。中華麺やスパゲティなどの麺類は、小麦から作られていることが多いですが、ビーフンは米から作られています。ビーフンの発祥地は、中国福建省（ふっけんしょう）のあたりだといわれており、現在では東南アジアを中心に、主食の一つとして食べられています。 今日の給食では、肉や野菜と合わせて炒め物にしています。その他にも汁物に入れたり、和え物にしたりと、調理方法を工夫して食べることができる食品です。
	水 Wed	かつお節サラダ MILK ご飯 厚揚げの甘辛だれ 白玉汁	① 食事の環境を整えることができる 給食の準備 新しい一年の始まりです。今年度も給食が始まりました。みなさんは給食を食べる時、机の上をきれいに片付けていますか。筆箱や教科書を机の隅に置いて、給食を食べている人はいませんか。食事の時にはまず、不要なものは片付け、机の上は何もない状態にしましょう。そして、台ふきでふいてから給食を運びます。もちろん、配膳台も同じようにきれいにしてから準備を始めましょう。 衛生的な状態で、気持ちよく給食を食べるために、環境を整えることを一人ひとりが心がけましょう。
	木 Thu	ごぼうのマヨネーズあえ MILK ご飯 豚肉のしょうが炒め 五目汁	② 正しい食事のとり方を身に付けることができる 薄味でもおいしくなる工夫 みなさんは、給食を食べていて味が薄いと感じたことがありますか。学校給食は学校給食法に基づいて実施されていて、給食で摂取する塩分の量は法律によって定められています。薄味でもおいしく食べられるように、だしをしっかりとってうまみを引き立たせたり、ごまや生姜などの香りが良いものを入れたり工夫をしています。 将来、健康に過ごすことができるように、学校給食を参考にしながら薄味でもおいしくなる調理の工夫をふだんの食事に取り入れてみましょう。
	金 Fri	こんにゃくサラダ MILK ご飯 鶏のカレー揚げ 野菜とハムのスープ	① 正しい食生活について考えることができる 朝食を食べることの大切さ 夜に食べたものは朝になる頃には消化されています。朝食をしっかりと食べることで、脳や体にエネルギーが補給され、午前中の学習に集中しやすくなります。毎朝欠かさず食べることは、生活リズムを整えることにもつながります。また、一日に必要な量のエネルギーや栄養素をバランスよく摂るためには、朝・昼・夕、一日3回の食事が大切です。 もし、朝食を毎日とれていない人がいたら、朝食をしっかりと食べて、集中力や体調の変化を感じてみませんか。

給食時間における食に関する指導内容一覧表

No.	指導内容	食育の視点					育てたい力一覧		
		重要性	健康	選択	感謝	社会性	食文化	目標	目標
								知識・技能	思考力・判断力・表現力等
1	食材（特徴 旬 産地 種類 原材料 歴史） 食べ方 選び方	①	②	③	④	⑤	⑥	食材について知る	食材について考えることができる
2	料理（名前 特徴 歴史） 他県や他国の料理	①	②	③	④	⑤	⑥	料理について知る	料理について考えることができる
3	高知（特産物 地場産物 郷土料理 産業） 高知の食べものいっぱい入っちゃん日	①	②	③	④	⑤	⑥	高知の食について知る	高知の食について考えることができる
4	食材（栄養 効果 はたらき） 食材の組合せ 料理の組合せ 食事の重要性	①	②	③	④	⑤	⑥	食材の効果やはたらきについて知る	食材の効果やはたらきについて考えることができる
5	季節の行事（入学 端午の節句 七夕 冬至 クリスマス 正月 節分 桃の節句 卒業） 収穫の秋（感謝） 和食の日	①	②	③	④	⑤	⑥	行事食について知る	行事食について考えることができる
6	食事のマナー（はし 姿勢 挨拶 食事のきまり） 準備 配膳 後片付け 食べ方） 給食時間の過ごし方	①	②	③	④	⑤	⑥	食事のマナーについて知る	食事のマナーについて考えることができる
7	栄養バランス 噛むこと 日本の食事 一汁三菜 和食 口中調味 食事の基本 学校給食 味覚 ＊健康によい食事 食育月間 食育の日	①	②	③	④	⑤	⑥	食事のとり方について知る	食事のとり方について考えることができる
8	朝食 食生活 生活リズム ＊健康によい食事 食育月間 食育の日	①	②	③	④	⑤	⑥	正しい食生活について知る	正しい食生活を身に付けることができる
9	給食（準備 配膳 後片付け 衛生 手洗い） 食事の環境 食事の中の工夫 防災給食	①	②	③	④	⑤	⑥	食事の環境について知る	食事の環境を整えることができる
10	食文化（高知 他県 他国） 高知の産業 昔の食事 学校給食の歴史 全国学校給食週間	①	②	③	④	⑤	⑥	食文化について知る	食文化について関心をもつことができる
11	食品ロス 食べ残し 食料自給率	①	②	③	④	⑤	⑥	食を取り巻く環境について知る	食を取り巻く環境について関心をもつことができる
12	感謝（挨拶 食べものを大切にすること） 給食ができるまで	①	②	③	④	⑤	⑥	食に係る恩恵について知る	感謝の気持ちをもって食べることができる

第10 調理手順・新献立カード作成について

○タイムスケジュール（統一献立のみ）



内容について

- ・ 食材の確認。献立・物資の変更時は、特に注意する。
- ・ 汚染作業の区別を明確にする。(囲む。)
- ・ 手順データは、Excelで、1か月分をBookにまとめ、目次をつける。
- ・ 目次や献立名は、献立表と同じになるようにする。(Aグループの並び順に整える。)
- ・ 子どもの日の献立のように、2か月にわたって使用する調理手順は、両月に入れる。

調理手順

かちり検収・下処理・魚介解凍・魚肉下味
割卵・加熱する食品の開缶・開封等幅は合計で84になるように
調節する

献立

.....汚染作業区域

月 日 ()

No. 1

卵焼き	炒り卵	根菜のみそ汁	土佐甘とうと ツナの佃煮
右から番号順に並べる ④ 割卵 ↓ 攪拌 ③② にたまねぎ ↓ 下処理 ↓ 切る ① ベーコン 開封 グループ化する。 混ぜる ↓ ① ② ③ ④ ↓ 調味 ↓ 焼く ↓ 切る ↓ 配食	④ 割卵 ↓ 攪拌 ③② にたまねぎ ↓ 下処理 ↓ 切る ① ベーコン 開封 食品名は週間献立表の食品名にあわせる。 ただし、(冷)(レ)g数等は省く。 炒める ↓ ① ② ③ ↓ 調味 ↓ ④ ↓ 配食	⑤ ねぎ 開封 ↓ 解凍 ④ 豆腐 開封 ↓ 切る ③ 千切り大根 開封 ↓ 戻す・切る ②① ごぼう さつまいも ↓ 下処理 ↓ 切る だしをとる だし汁 ↓ ① ② ③ ↓ 調味 ↓ ④ ⑤ ↓ 配食	③ ごま 炒る・する ② 甘とう ↓ 下処理 ↓ 切る ① ツナ油漬 開封 炒める ↓ ① ② ↓ 調味 ↓ ③ ↓ 配食

余白は、上2下2左2右1.5

備考

○で囲んでいる数字は釜に入れる順番です。

必ず印刷して確認する(1日1枚)

加熱処理をする食材については、汚染作業区域で開封・開缶をしてください。

(副菜)ー(汁物) 料 理 名 (おくずかけ)

材 料	分量 (g)
油揚げ	3
おつゆふ	1
大根	5
にんじん	0
ごぼう	5
カット干しいたけ	1
糸こんにゃく	20
煮干	2
だし汁	100
塩	0.1
☆ 淡口醤油	3
でんぷん	0.5

材料名は、週間献立表の食品名に合わせる。

分量に廃棄量は含まない。

摂取栄養量	
エネルギー(kcal)	33
たんぱく質(g)	1.7
脂質(g)	1.0
カルシウム(mg)	35
マグネシウム(mg)	17
鉄(mg)	0.3
亜鉛(mg)	0.2
VA(μgRAE)	36
VB1(mg)	0.01
VB2(mg)	0.02
VC(mg)	2
食塩相当量(g)	0.6
食物繊維(g)	2.0

食品成分表の単位に合わせる。

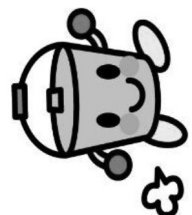
作り方
① 煮干でだしをとる。
② にんじん、大根はいちよう切り、ごぼうはさがきにする。
③ 油揚げは油抜きをし、1×2cmに切る。
④ 糸こんにゃくは3cmに切る。
⑤ カット干しいたけは水で戻す。(しいたけのもどし汁はだしへ)
⑥ だし汁を温め、②③④⑤を加え柔らかくなるまで煮る。
⑦ ☆で調味し、おつゆふを加える。
⑧ でんぷんを加えてとろみをつける。

写真

一人分出来上がり量
130g

献立のポイント

宮城県の郷土料理の一つであるおくずかけを学校給食用にアレンジしています。干しいたけのもどし汁もだしとして使うことで、煮干しだしの相乗効果で、うま味たっぷりのおいしい汁物となっています。



第11 自由献立 地場産物使用割合集計について

報告書作成

〔提出物〕 ※担当校分も同じ

- ①現場用献立表のコピー (市経由便)
 ②検収票のコピー (市経由便)
 ③〇〇〇〇 地場産物活用割合 (自由献立) (メール)

【現場用献立表】 ※次ページのとおり記入

【集計の注意点】

○親子校・センターは、その調理場で調理している総数を集計

○使用割合の集計は、「食材数」と「重量割合」の2種類を集計

○2種類の集計は、それぞれ集計するものが異なるので、下記の表を確認

○重量の集計は、コードを選び、コードが無い場合は備考に食品名を記入

※ ○：数える

○個数の加工品は、1個当たりの可食量 (g) × 個数 / 1000 (kgに換算)

×：数えない

食 材	食材数	重 量	備 考
	同品を2度使用した場合も「1」とカウントする	使用量は、kg換算する	
ごはん →米に換算	○	○ (各学年量の総量)	県内産が多いが、要確認
麦ごはん・混ぜごはん	麦と米で「2」 例：ゆかりと米で「2」	○ (各々の総量に分ける)	強化米は数えない
米粉パン →粉重量換算	○ (市内産)	○ (各学年量の総量)	配合割合から換算すること
果汁・乳酸菌飲料	○	○ (kgに換算)	例：リープル 国外
同種の食材を部位別で使用 (鶏もも・むね肉を使用等)	「1」	○ (各々の総量に分ける)	
冷凍野菜	○	○ (青果に分類)	
缶詰類	○	○ (kgに換算)	「加工品その他」
とりがら・煮干・昆布・むろ節等	× ※1 (だし用)	○	※1 おでんの昆布等は食材数も数える
小麦粉・でんぷん・米粉等	× ※2 (揚げ衣、とろみの場合)	○	※2 すいとん、ケーキ等の場合は数える
かつお節・ごま・のり・青のり・ゆかり・ねり梅等の乾物や加工品	× ※3 (和え衣の場合)	○	※3 アガーや巻きのり等は数える
調味料・油等	×	×	1 食用マヨネーズ・ケチャップ等含む
みそ	×	○	鳴子みそ：市外(県内) 県内産大豆使用
ゆず果汁	○	○	食材数：市内(土佐山産を含む) 重 量：県産
氷果 ・デザート類	○	○ (kgに換算)	氷菓は、国外が多い(糖類産地等)
地場産物活用食品 嶺北牛のコロッケ、米タルト等	○ (市内産・県内産)	○ (kgに換算)	重量の集計は、使用割合が多いものの産地に分類
食物アレルギー対応の別注食材	×	×	例：プリン代替のゼリー
セレクトやバイキング	○ (各々集計)	○ (kgに換算)	すべてをそれぞれに集計 例：みかんとりんご「2」

献立表（自由献立）

○ 月 ○ 日

学校名 高知市立〇〇小学校

献立名	自由献立A	自由献立B	備考
	ゆかりごはん 牛乳 四万十鶏のからあげ 高知野菜サラダ 菜っ葉かきたま汁 お米のタルト	ごはん 牛乳 しいらのフライ 海そうサラダ 菜っ葉のおすまし いちごのタルト	自由献立A 2年1組 Aさん 菜っ葉と卵スープ 卵除去 お米のタルトのかわりに ゆずゼリー提供 自由献立B 5年1組 Bさん しいらのフライ 小麦粉・パン粉除去

材 料 名	1人当り使用量	注 文 数 量	規 格
ゆかりごはん 1 ゆかり	154.00 g		1. 2年生 自由献立A
ゆかりごはん 2 米	176.00 g		3. 4年生
ゆかりごはん			
ゆかりごはん			
ごはん V 米			
ごはん			
ごはん			
ごはん			
牛乳 3			
若鶏もも（20g） 4			
しょうが 5			
花見糖			
薄口しょうゆ			
酒			
でんぷん ○			
こめ白絞油			
しいら（60g） 7	1切れ		自由献立B
塩	0.40 g		
こしょう	0.02 g		
小麦粉 ○	3.00 g		
水	5.00 g		
パン粉 ○	12.00 g		
こめ白絞油	6.00 g		
たまねぎ 8	15.95 g		自由献立A
きゅうり 9	30.60 g		
トマト 10	21.28 g		
花かつお ○	0.50 g		
穀物酢	3.00 g		
ゆず果汁 11	0.50 g		
上白糖	0.30 g		
濃口しょうゆ	2.00 g		
ごま油	0.50 g		

- ① 食材ごとに、数えた番号をつけていく。
- ② 市産には、黄色のマーカー、
県産にはピンク色のマーカーを引く。
- ③ 2回以上出てきたものは、食材数には数えない。
（ **V** チェックし、重量に集計する。 ）
- ④ 煮干やとりがら等は、重量割合のみカウントする。
（ **○** チェックし、重量に集計する。 ）

次ページ⑤参照

《 残 食 の 量 及 び 率 》

主 食	_____ kg (_____ %)	
牛 乳	_____ 本 (_____ %)	1人当りの出来上り量 _____ 計 _____ g
おかず	_____ kg (_____ %)	受 給 者 数 _____ 人

献立表（自由献立）

○ 月 ○ 日

学校名 高知市立〇〇小学校

献立名	自由献立A	自由献立B	備考
	ゆかりごはん 牛乳 四万十鶏のからあげ 高知野菜サラダ 菜っ葉かきたま汁 お米のタルト	ごはん 牛乳 しいらのフライ 海そうサラダ 菜っ葉のおすまし いちごのタルト	自由献立A 2年1組 Aさん 菜っ葉と卵スープ 卵除去 お米のタルトのかわりに ゆずゼリー提供 自由献立B 5年1組 Bさん しいらのフライ 小麦粉・パン粉除去

材 料 名	1人当り使用量	注 文 数 量	規 格
海そうミックス 12	0.5 g		自由献立B
キャベツ 13	23.53 g		
きゅうり V	30.61 g		
こめサラダ油	1.00 g		
淡口醤油	1.00 g		
穀物酢	2.50 g		
上白糖	0.50 g		
ねりうめ ○	0.50 g		
鶏卵 14	14.80 g		自由献立A
木綿豆腐 15			
小松菜 16			
にんじん 17			
煮干 ○			
だし汁			
淡口醤油			
塩			
木綿豆腐 V			
小松菜 V			
にんじん V			
煮干 ○			
だし汁			
淡口醤油			
塩			
お米のタルト 18			
いちごのタルト 19			
馬路ゆずゼリー A			

⑤ 食材数と重量割合で数え方が違うものは、
枠の左側を食材数の数え方で、該当する色マーカーを
引き、
枠の右側を重量割合の数え方で、該当する色マーカー
を引く。

例：お米のタルトの場合、市産の米を使っている
ので、左を市内産の黄色マーカーを引き、
重量割合では県外産なので、右側は引かない。

⑥ 食物アレルギー対応のみの食品は、数えない。
(ア チェックし、食材数・重量とも数えない。)

★ 詳しくは、【集計の注意点】参照

《 残 食 の 量 及 び 率 》

主 食	_____ kg (_____ %)		
牛 乳	_____ 本 (_____ %)	1人当りの出来上り量	計 _____ g
おかず	_____ kg (_____ %)	受 給 者 数	_____ 人