



がっこうきゅうしょく やくわり 学校給食の役割について知ろう

①

がっこうきゅうしょく がっこう た しょくじ
学校給食は、学校で食べる「食事」というこ
とだけでなく、えいよう かんが つく
栄養のバランスを考えて作られ
ており、しょうらい けんこう せいかつ おく
将来にわたって健康な生活が送れるよ
うにしょく かん ただ ちしき のぞ
食に関する正しい知識と望ま
しいしょくせいかつ まな きょうざい
食生活について学ぶ教材とし
てのやくわり
役割もあります。



がっこうきゅうしょく とお まな 学校給食を通して学んでほしいこと

②

たの かいしょく
① 楽しく会食すること

● 食事のマナー

● 会食を通して人間関係を深める



けんこう しょくじ かた
② 健康によい食事のとり方

● 栄養バランスのよい食事

● 日常の食事の大切さ



しょくじ あんぜん えいせい
③ 食事と安全・衛生

● 安全で衛生的な

● 食事の準備や後片付け

● 食中毒予防 ● 自分の健康



しょくじかんきょう せいび
④ 食事環境の整備

● 食事にふさわしい環境づくり

● 衛生的な盛りつけ

● 環境や資源に配慮

しょくじ ぶんか
⑤ 食事と文化

● 郷土食や行事食

● 地域の食料の生産・流通・消費



きんろう かんしゃ
⑥ 勤労と感謝

● みんなで協力して自主的に活動

● 感謝の気持ち



がっこうきゅうしょく だいかいほう 学校給食を大解剖！！！！



③

がっこうきゅうしょく しゅしょく しゅさい ふくさい
学校給食は、主食・主菜・副菜がそろっています。

えいよう しよくじ
これらがしっかりそろうことで、栄養のバランスのとれた食事になります。

しゅさい さかな にく たまご
主菜⇒魚・肉・卵・
だいずせいひん
大豆製品などで、おも
からだ
に体をつくるもとに
なります。

しゅしょく はん
主食⇒ご飯・パン・
るい
めん類などでおもに
ねつ ちから
熱や力のもとになり
ます。



ぎゅうにゅう きゅうしょく で
牛乳⇒給食にいつも出て
いて、ほね は しょうぶ
骨や歯を丈夫にするカ
ルシウムがたくさんとれま

ふくさい しるもの あ もの
副菜（汁物や和え物）
やさい ちゅうしん
⇒野菜を中心としたもので、
からだ ちょうし ととの
おもに体の調子を整えてく
れます。

がっこうきゅうしょく
学校給食クイズ

きゅうしょく 給食について、ただ 正しい説明には○、まちが 間違っている
せつめい 説明には×をつけましょう。

① ^{からだ} 体 ^{ちょうし} の調子 ^{わる} が悪く
ても、がんばって
^{とうばんかつどう} 当番活動をする。



② ^{とうばん} 当番 ^{ひと} の人は、
^{はし} 走って ^{きゅうしょく} 給食 ^{はこ} を運ぶ。



③ ^す 好きなものだけ
^{えら} 選んで ^た 食べる。



④ ^{えいよう} 栄養がバランス
^{はい} よく入っている。



⑤ ^{くち} 口に ^た 食べ物 ^{もの} を
^い いっぱい入れて
おしゃべりする。



⑥ ^{しょっき} 食器は ^{つぶ} ごはん粒
^{のこ} などを残さずきれいに
^{かえ} 返す。



こたえ ①× ②× ③× ④○ ⑤× ⑥○