

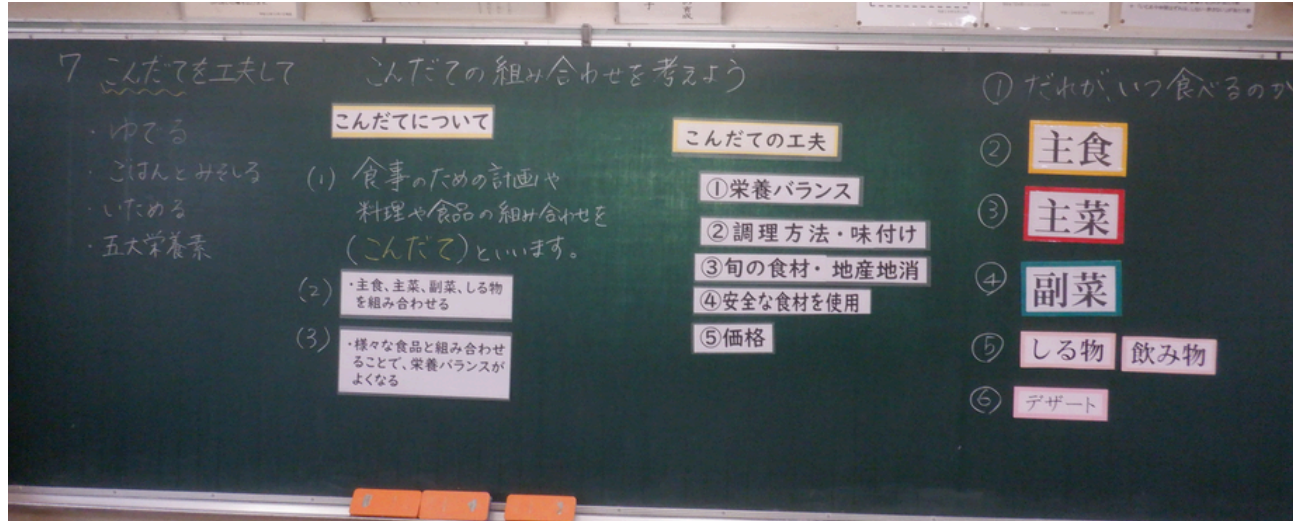
# 食育新聞

発行者  
野村 菜美



## 6年生 家庭科「こんだてを工夫して」

6年生の家庭科「こんだてを工夫して」の単元では、家庭科専科の先生と栄養教諭によるチームティーチングで授業を行っています。今回は1回目で、「献立とは何か?」「給食の献立をたてるポイントは?」などの内容を行いました。



「献立とは?」を考えました。



最初に今までの家庭科で学んだことを確認し、その集大成として1食分の献立を考えることを知りました。また、献立は、食事のための計画であること、料理や食品の組み合わせということを変更して考えました。

給食の献立はどのように立てている?



次に献立表を見て気付いたことを記入しました。「牛乳が毎日出ている。」「にんじんが多い。」「おかずを組み合わせている」という改めて気づいたこと、「エネルギーが600〜700キロカロリー」という発見もありました。

栄養教諭から献立について聞きました。



普段食べている給食は、栄養バランスはもちろん、様々な調理方法や味付けを組み合わせていること、食べて栄養をとるという目的だけでなく、食文化や旬の食材、行事食などを学べることを栄養教諭から聞きました。

授業後の様子

栄養教諭の話の中に、給食は1食あたり280円(国の補助を入れると300円)で立っているという話が印象に残ったように、ふりかえりには価格を聞いて驚いたという感想が多くありました。また、今回の献立作成のポイントをふまえて、これからの授業で行う献立作りに生かしたいということや、家での食事作りにも生かしたいというふりかえりもありました。

学んだことを実生活に生かしてもらいたいです。

