

和食 米飯 米粉 の

学校給食に役立つ

献立づくりのヒント集



全国の小中学校の
和食給食・米飯給食・米粉給食を
データ編と**取材編**で大解剖!

全国の小中学校 2,579 校の
和食給食・米飯給食・米粉給食の調査結果
すぐに取り入れられる工夫がたくさん!
和食・米飯・米粉の給食アイデア

大量調理も怖くない!
米粉のエキスパート今別府靖子さん直伝
失敗しない米粉の活用術



他校はどうしてる??

全国の小中学校の

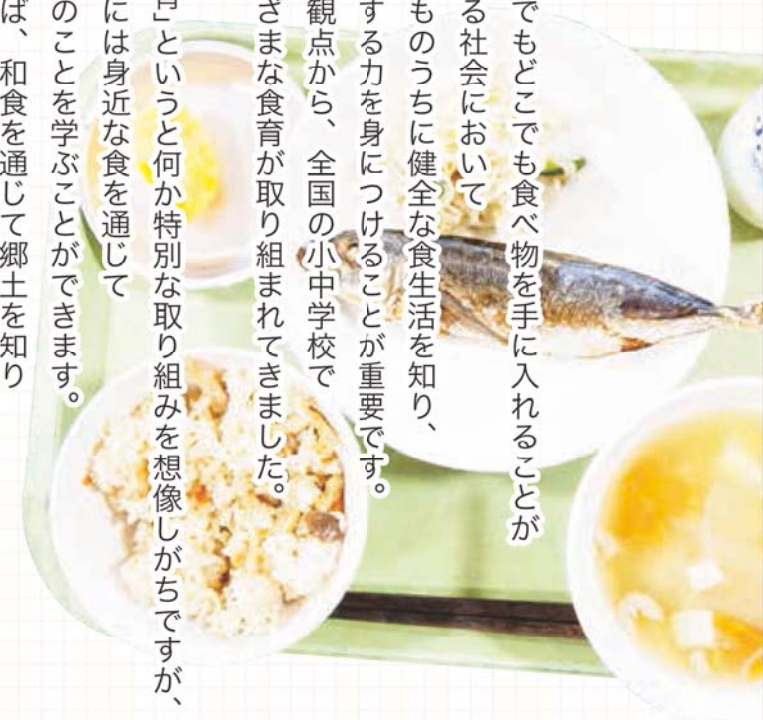
和食給食 米飯給食 米粉給食

を

データ編

取材編

大解剖!



いつでもどこでも食べ物を手に入れることができる社会において、子どもの中に健全な食生活を知り、実践する力を身につけることが重要です。その観点から、全国の小中学校でさまざまな食育が取り組まれてきました。「食育」というと何か特別な取り組みを想像しがちですが、実際には身近な食を通じて多くのことを学ぶことができます。例えば、和食を通じて郷土を知り、お米や野菜を通じて農を知ることができます。地域に根づいた食材を使った献立なら、地元の協力を得ながら比較的安価に提供できるかもしれません。この冊子は、全国の小中学校へのアンケート調査とそこから浮かび上がった和食給食・米飯給食・米粉給食の取り組みを、献立づくりのヒント集としてまとめました。少しのアイデアで給食をもっと豊かに。毎日の献立づくりにぜひ取り入れてみてください。

CONTENTS

P.2 全国の小中学校の和食給食・米飯給食・米粉給食をデータ編と取材編で大解剖!

- P.2~ 全国の小中学校2,579校の和食給食・米飯給食・米粉給食の調査結果
- P.3 和食の提供回数は2.3回/週で増加傾向
要因は、「栄養バランス」、「地産地消」、「郷土食の伝承」
- P.4 緩やかながら米飯給食は増加傾向 積極的に米飯を取り入れたい学校は約3割!
- P.5 米粉パンを提供している学校は半数以上 米粉メニューは3割以上
- P.6 献立は、栄養バランスや季節感を重視 前年のメニューやレシピ集をひもと工夫
- P.6 栄養教諭・学校栄養士に聞きました
「児童や生徒にする和食・米飯のはなし」「児童や生徒にする米粉のはなし」

P.7~ すぐに取り入れられる工夫がたくさん! 和食・米飯・米粉の給食アイデア

- P.7 島根県 江津市立青陵中学校
- P.9 北海道 浦河町立荻伏小学校
- P.10 東京都 足立区立梅島小学校
- P.11 東京都 日野市立仲田小学校
- P.12 千葉県 長生村立一松小学校 / 千葉県 旭市立中央小学校
- P.13 三重県 紀北町立三浦小学校
- P.14 群馬県 太田市立城東中学校 / 新潟県 妙高市立新井中学校
- P.15 京都府 南丹市立美山中学校

P.16 大量調理も怖くない! 米粉のエキスパート今別府靖子さん直伝 失敗しない米粉の活用術

P.17 おいしく簡単! 給食向け米粉レシピ集

国産の消費拡大に向けた国民運動



フード・アクション・ニッポンとは

フード・アクション・ニッポンは、日本の食を次の世代に残し、創るために、民間企業・団体・行政・消費者などが一体となって推進する国産農林水産物の消費拡大の取り組みです。平成28年度で9年目を迎え、「推進パートナー」(活動主旨に賛同し登録した企業・団体など)は9,598社(※)に至っています。 ※平成28年12月31日現在

詳しくは [フード・アクション・ニッポン](#) 検索