県立奈良西養護学校

めざす児童生徒像
仲間と　元気に　自分らしく　歩む
障害種　知的障害
食数　約３３０食
（児童生徒数２０８名、教職員約１２７名）
調理員数　１０名（委託）

地場産物活用 おすすめ献立

気温が低くなってくると登場する『なす入りにゅうめん』。給食で使うなすは立派な奈良県産のものが納品されます。奈良県の特産物である、三輪そうめんを使用した、温かくて、やわらかい食感のにゅうめんは寒い時期の我が校で人気の郷土料理メニューです。

【献立名】
ごはん・牛乳・鯖の照り焼き
ひじきの煮物・なす入りにゅうめん

献立名【　なす入りにゅうめん　】

材料（１食分）

材料	分量
なす	２５ｇ
油揚げ	３ｇ
たまねぎ	２０ｇ
三輪そうめん	８ｇ
青ねぎ	３ｇ
昆布	１ｇ
みそ	６ｇ

作　り　方

①昆布で出汁をとる。
②たまねぎはスライス・油揚げは短冊・なすは半月切り・青ねぎは小口切りにしておく。
③たまねぎ、油揚げをだしに入れて煮る。
④なすを入れる。
⑤三輪そうめんは半分に折っておく。
⑥三輪そうめんを入れて、みそを加える。
⑦青ねぎを入れる。

栄養価（１人分）
エネルギー　８３kcal
食塩相当量　１.０g

奈良西養護学校の取組

食育掲示板

奈良県の郷土料理、大和野菜の紹介や、学期ごとの給食目標についての掲示をしている。

大和野菜の栽培

近畿大学農学部が奈良県の「農の入口」事業で開発した**ユニバーサル農法**を「しごと」の授業に取り入れ、大和の伝統野菜「大和まな」の栽培にチャレンジした。

栽培した大和まなを使った味噌汁です。

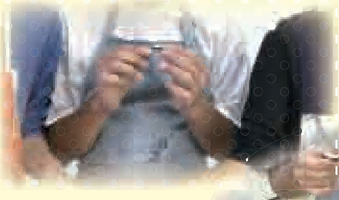
食に関する授業

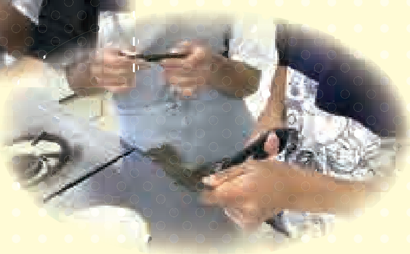
<u>（小学部）手洗いについての指導</u>

紙芝居で手洗いの大切さを伝え、正しい手洗いの方法を体験した。

<u>（高等部）調理実習</u>

ごはんの炊き方、昆布といりこから出汁をとる味噌汁等、調理の基本から学習した。





県立二階堂養護学校

学校教育目標
明るく元気・仲良く助け合う・たくましく未来を切りひらこうとする児童生徒を育成する

障害種　知的障害
食数　290 食
（児童生徒数　174名、教職員　133名）
調理員数　3 名（直営）

地場産物活用 おすすめ献立

【献立名】
コッペパン・牛乳・奈良県のキャベツメンチカツ・さつまいもあえ・ミネストローネ・いちごジャム

高等部の生徒が授業の一環で育ててくれたさつまいもを給食で使用した。旬のさつまいもを全校でおいしくいただいた。

献立名【　さつまいもあえ　】

材料（1食分）	
さつまいも	30g
にんじん	20g
さやいんげん	10g
ごま	1g
濃口しょうゆ	2g
三温糖	1g

作　り　方

①さつまいも・・・1.5cmのサイコロ切り
　にんじん・・・細切り
　さやいんげん・・・3cm幅に切る
②さつまいも･にんじん･さやいんげんをスチームコンベクションオーブンで加熱し、冷却する。
③②と三温糖･濃口しょうゆ･ごまを合わせる。

栄養価（1人分）　エネルギー　61kcal
食塩相当量　0.3g

二階堂養護学校の取組

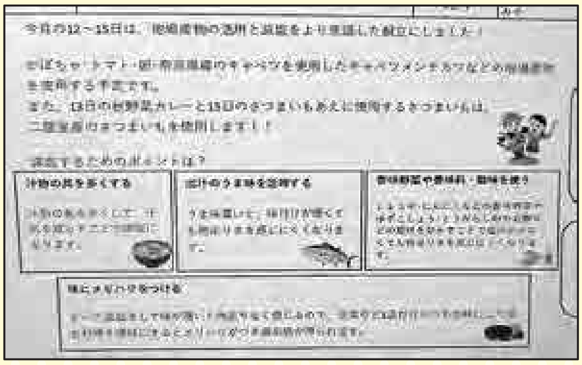
掲示物の活用

　小学部6年生の児童がフェルトで作った食材を使って、高等部の生徒が毎日、掲示板に、当日の学校給食に使用する食材の栄養三色分けをしている。

食材の展示

　日頃は調理された後の食材の形しか目にしないので、食材の本来の形や大きさ、香り等を手にとって感じてほしいと考え、１１月の地場産物活用促進強化週間には、当日に学校給食で使用する地場産物を展示した。
　多くの児童生徒･教職員が毎日の展示を楽しみにしてくれたようで、この展示をきっかけに食材への興味･関心を持つようになったとの感想もあった。

家庭への啓発



　給食献立予定表で、地産地消の推進や減塩の取組について紹介し、教職員や保護者への啓発を行った。減塩については、家庭の食事でも参考にできるように、出汁の取り方や香辛料の使い方等についても取り上げた。

県立明日香養護学校

学校教育目標
「明るく、強く、美しく」生きぬく人間作り
児童生徒の自立と社会参加を目指した生きる力の育成
障害種　肢体不自由　病弱
食数　　１４４食（児童生徒数　１０５名、教職員　９９名）
調理員数　　５名(常勤２名、日々雇用３名)（直営）

県内最初の養護学校「奈良県立養護学校」として昭和４４年に創立。校内の敷地内にある橘の木から「たちぽん」と名付けた平成２４年にできたマスコットキャラクターです！

地場産物活用 おすすめ献立

明日香村地域振興公社の西野さんから、「スリランカ出身で、つるむらさき栽培農家の亀谷さんが、カレーに入れるのがおすすめ！と言っていたよ」と聞き、早速、翌月の献立にとり入れた。

【献立名】
つるむらさき入りカレーライス
牛乳・わかめのごまドレッシングサラダ
ミルメーク

献立名【つるむらさき入りカレーライス】

材料（１食分）

材料	分量
米	７０g
おおむぎ	７g
豚肉	４０g
じゃがいも	５０g
つるむらさき	８g
たまねぎ	４０g
オニオンソテー	１０g
にんじん	１５g
粉チーズ	３g
グリンピース	５g
サラダ油	１g
カレールウ	１３g

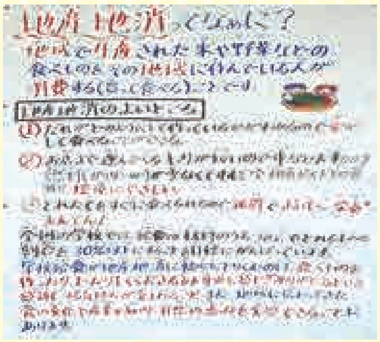
作　り　方

①麦ご飯を炊く。
②にんじん、たまねぎ、じゃがいもを２ｃｍ角に切る。つるむらさきは、２ｃｍ幅に切る。
③サラダ油で豚肉を炒める。
④にんじん、たまねぎ、じゃがいもの順に炒め、水を加えて煮る。
⑤オニオンソテーを入れる。
⑥カレールウで味付けする。
⑦粉チーズ、グリンピース、つるむらさきを加える。

栄養価（１人分）	
エネルギー	５０４kcal
食塩相当量	１.５g

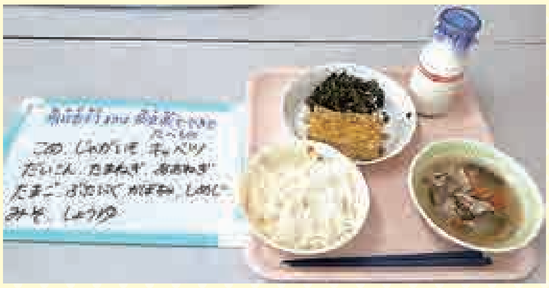
明日香養護学校の取組

地産地消の取組　～掲示物の活用～



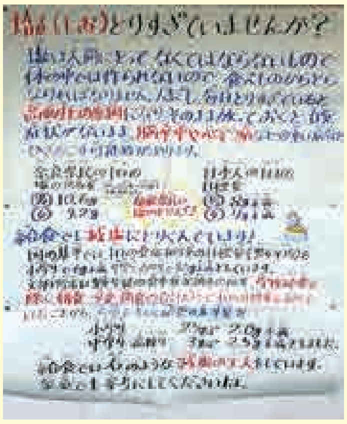
ポスターの前にはつるむらさきの実物も展示。どんなかおりがするのかな?

献立黒板の横に、当日使用した地場産物を紹介するためのホワイトボードを設置している。



減塩についての取組

合同研修会の調理実習で作った汁物を、本校の子ども向けにアレンジし、「長芋ときのこのとろとろ味噌汁」として提供した。



高等部では、減塩を意識した献立による調理実習を実施した。出汁をしっかりとることで、薄味でもおいしくいただけることを実感させるようにした。学んだことを実践する力の育成を目指している。

高等部　紙芝居を活用した指導の実施