

給食の時間 食に関する指導 指導資料

献立内容	ごはん 沢煮椀 鶏肉と大豆のくるみがらめ 即席漬け 牛乳					
ねらい	日本の食文化「だし」について知る。					
食育の視点	食事の重要性	心身の健康	食品を選択する力	感謝の心	社会性	食文化
						○
教科等との関連	和食月間（11月）					
指導のポイント	実物のだしとして使われる食材を見せて紹介し、興味をもたせた後、実際に味わわせることにより、関心を高める。					
指導の流れ						
	活動内容	指導上の留意点			教材等	
導入 (1分)	1 今日の献立を知る	<ul style="list-style-type: none"> 11月は和食月間であることを知らせ、これにちなんだ献立であることを伝える。 				
展開 (3分)	2 「だし」について知る	<ul style="list-style-type: none"> 「だし」として使われる食材の実物を見せ、紹介する。 今日の沢煮椀には、どの食材のだしが使われているかを考えさせ、関心を高める。 			<ul style="list-style-type: none"> 「だし」として使われる食材の実物 資料（別紙） 	
まとめ (1分)	3 味わいながら食べる。	<ul style="list-style-type: none"> 「だし」の味を感じることができるようゆっくりとよく味わいながら食べてほしいことを伝える。 			当日の給食	
評価	日本の食文化「だし」について知ることができたか。					

指導教材等

☆ 新鮮(しんせん)な食材(しょくざい)とその味(あじ)わいをいかす知恵(ちえ) 「だし」



「だし」は、こんぶやかつおぶし、にぼしなどを煮出(にだ)したお汁(しる)のことで、和食(わしょく)では、「だし」の「うまみ」を上手(じょうず)に使(つか)うことで食材(しょくざい)そのものの味(あじ)をひきだして、少(すく)ない調味料(ちょうみりょう)でおいしく作(つく)っています。



今日(きょう)のお汁(しる)は、かつおぶしのだしで作(つく)った「沢(さわ)煮(に)碗(わん)」です。まずはひとくち飲(の)んでみましょう！
だしの味(あじ)を感(かん)じることができましたか？