

FOOD MODELS FOR EDUCATION

指導用教材

食品モデル

貸出用



学校給食指導等に幅広くご利用ください

お問い合わせ
お申し込み

一般財団法人 山形県学校給食会
TEL. 023-622-0938
FAX. 023-631-0961

FISHES

大型の魚

- ぶり
- さけ
- 助宗だら
- サクラマス
- かつお
- さば
- 真だら
- はまち
- (8種類)



小型の魚

- いわし
- あじ
- さんま
- (3種類)



サンプルケースにて
貸出しています



●各種研修・講習会●食品検査●貸与事業 等●
学校給食の普及のためさまざまな活動を行っています
詳しくはホームページをご覧ください
<http://www.yamagaku.or.jp/>

年代別 献立モデル



明治22年

山形県鶴岡町の小学校で貧困児童に昼食を出したのが起源とされている

- おにぎり
- 塩鮭
- 煮びたし



昭和27年

脱脂粉乳導入

- コッペパン
- ミルク（脱脂粉乳）
- 鯨肉の竜田揚げ
- せんキャベツ
- ジャム



昭和52年

米飯給食導入

- カレーライス
- 牛乳
- 塩もみ
- 果物（バナナ）

昭和22年

パン給食導入



- ごはん
- ミルク（脱脂粉乳）
- トマトシチュー

昭和40年

39年学校給食への牛乳の本格供給



- 食パン
- 牛乳
- カレーシチュー
- 甘酢あえ
- 果物（黄桃）

平成14年

学校給食における地産地消の取組みを実施



- ごはん
- 牛乳
- 鮭チャンちゃん焼き
- おひたし
- みそ汁
- 果物（りんご）

朝食指導用 食品モデル



洋食用

- | | | | | |
|----|-----|----|-----------|---------|
| 主食 | 食パン | 副食 | ハムエッグ | 野菜ソテー |
| | | | スクランブルエッグ | 野菜スープ |
| | | | 目玉焼き | マーガリン |
| | | | ウインナー | スライスチーズ |



和食用

- | | | | | |
|----|------|--------------------|-------------------|-------|
| 主食 | ごはん | 副食 | みそ汁 | のり佃煮 |
| | | | 納豆 | ふりかけ |
| | | | 焼魚 | 味付けのり |
| | | | （鮭あしのひらき、さんまのひらき） | 山形のだし |
| | シシヤマ | おひたし | | |
| | 厚焼玉子 | （ほうれん草・もやし・もつてのほか） | | |
| | 生玉子 | 煮物 | （ひじき・ちくわにんじん） | |



果物他

- | | | | | | |
|----|-----|----|--------|----|-----------|
| 果物 | りんご | 野菜 | メロン | 飲料 | 牛乳 |
| | みかん | | 柿 | | プレーンヨーグルト |
| | いちご | | ラ・フランス | | |
| | ぶどう | | さくらんぼ | | |
| | すいか | | | | |

食育フードモデル

6つの基礎食品モデル



保健所、学校での栄養指導に使われている6つの分類で常用量での食品モデルです。

1群	2群	3群	4群	5群	6群
あじ	牛乳	ほうれん草	大根	米飯	植物油
さんま	ヨーグルト	しゅんぎく	たまねぎ	食パン	マーガリン
かれい	チーズ	にら	はくさい	うどん	バター
牛肉	のり	かぼちゃ	キャベツ	そば	マヨネーズ
豚肉	わかめ	にんじん	きゅうり	じゃがいも	
鶏肉	丸干し	ピーマン	スイカ	さつまいも	
ハム	しらす	トマト	りんご		
豆腐			みかん		
納豆			いちご		
みそ					
たまご					

肥満と虫歯予防のためのフードモデル



嗜好品を中心にカロリーの高いものをセットにしました。肥満予防や虫歯の予防指導に適しています。

お菓子	アイスクリーム・カステラ・シュークリーム・ガム・プリン・チョコレート・キャラメル・ショートケーキ・団子・どらやき・桜もち・栗まんじゅう・甘納豆・かりん糖・あんぱん・ようかん
飲料	濃縮飲料・果汁100%ジュース・果汁入り炭酸飲料・透明炭酸飲料・コーラ炭酸飲料・コーヒー牛乳・コーヒー・ヤクルト

赤・緑・黄別基本食品（32品）



赤	タンパク質	血や肉をつくる食品
緑	ビタミン・無機質	身体の生理機能をととのえる食品
黄	糖質・脂質	働く力や熱となる食品

野菜の加熱前後の変化モデル



小松菜セット

ほうれん草セット

キャベツセット

実物大の野菜モデル



キャベツ

レタス

白菜

野菜摂取指導

野菜1日350g
指導フードモデル



淡色野菜1日120g

- 淡色野菜
- はくさい
 - きゅうり
 - レタス
 - だいこん
 - なす
 - 白ねぎ
 - ごぼう
 - たまねぎ
 - もやし
 - キャベツ

指導用 食品モデル

緑黄色野菜1日230g

- 緑黄色野菜
- ほうれん草
 - さやいんげん
 - トマト
 - ピーマン
 - オクラ
 - 春菊
 - ブロッコリー
 - グリーンアスパラガス
 - にんじん
 - 小松菜