

保育所給食の給与栄養量の割合と目標(福岡市作成献立)

令和6年度

1. 給与栄養量の割合(令和5年度と変更なし)

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」に基づく1日あたりの摂取基準に対して、保育所給食での給与栄養量が、次の割合になるよう目標を定めます。

■3歳未満児(1~2歳)		エネルギー kcal	たんぱく質 %エネルギー	脂質 %エネルギー	食物繊維 g	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g
日本人の 食事摂取基準 (2020年版)	指標	推定エネルギー 必要量	目標量	目標量	目標量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	目標量
	男性	950	13~20% エネルギー	20~30% エネルギー	設定なし	400	0.5	0.6	40	450	4.5	3.0未満
	女性	900				350		0.5		400		
給食での給与割合(※1)		50%	50%	50%	設定なし	50%	50%	50%	50%	50%	50%	

(※1)午前おやつ10%+昼食30%+午後おやつ10%

■3歳以上児(3~5歳)		エネルギー kcal	たんぱく質 %エネルギー	脂質 %エネルギー	食物繊維 g	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g
日本人の 食事摂取基準 (2020年版)	指標	推定エネルギー 必要量	目標量	目標量	目標量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	推奨量	目標量
	男性	1300	13~20% エネルギー	20~30% エネルギー	8以上	450	0.7	0.8	50	600	5.5	3.5未満
	女性	1250				500				550		
給食での給与割合(※2)		45%	45%	45%	45%	45%	45%	45%	45%	45%	45%	

(※2)昼食30%+午後おやつ15%

2. 給与栄養量の目標(令和5年度と変更なし)

		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食物繊維 g	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g
3歳未満児(1~2歳)		460	15~23	10~15	-(※3)	190	0.25	0.30	20	220	2.2	1.9未満
3歳以上児 (3~5歳)	主食なし	380	15~26	12~18	3.2	215	0.28	0.35	22.5	254	2.1	2.1未満
	主食あり (※4)	550	19~29	13~19	3.6	215	0.32	0.36	22.5	260	2.5	2.1未満

「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」に対応するにあたり、3歳以上児のエネルギー及び未満児の鉄については、過去の献立の栄養価を参考に設定しています。

(※3)食物繊維は、「日本人の食事摂取基準(2020年度)」において3歳以上から目標量が示されています。このため、1~2歳児については、3~5歳児の献立を調整することで確認することとして目標を設定していません。

(※4)3歳以上児の主食は、米飯4回(米50g)とパン1回(ロールパン55g)を使用する場合の1回あたりの栄養量の平均値を、主食由来の給与栄養量として計算しています。(主食量は昼食の給与エネルギーの目標量の45~50%となるようにしています。)