

給食施設のための献立作成マニュアル 第9版

(706590/第5刷, 第6刷, 第7刷)

補足情報

◆学校給食実施基準等の一部改正について

令和3年2月12日付けで、「学校給食実施基準」(平成21年文部科学省告示第61号)の学校給食摂取基準, 「夜間学校給食実施基準」(平成21年文部科学省告示第62号)の夜間学校給食摂取基準, 「特別支援学校の幼稚部及び高等部における学校給食実施基準」(平成21年文部科学省告示第63号)の学校給食摂取基準がそれぞれ改正された(令和3年4月1日施行)。

下表は, これらの基準を一表に収め, また, 基本的な考え方の中にある数値を(参考)として表し, 利用者の便を図ったものである。

幼児・児童・生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準

(参考)

区分	基準値							食事摂取基準に対する学校給食の割合
	児童 (6~7歳) の場合	児童 (8~9歳) の場合	児童 (10~11歳) の場合	生徒 (12~14歳) の場合	夜間課程を置 く高等学校の 生徒の場合	特別支援学校 の幼児の場合	特別支援学校 の生徒の場合	
エネルギー (kcal)	530	650	780	830	860	490	860	必要量の3分の1
たんぱく質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13~20%							
脂質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20~30%							
ナトリウム (食塩相当量) (g)	1.5未満	2未満	2未満	2.5未満	2.5未満	1.5未満	2.5未満	目標量の 3分の1未満
カルシウム (mg)	290	350	360	450	360	290	360	推奨量の50%
マグネシウム (mg)	40	50	70	120	130	30	130	推奨量の3分の1程度 (生徒は40%)
鉄 (mg)	2	3	3.5	4.5	4	2	4	推奨量の40%
ビタミンA (μgRAE)	160	200	240	300	310	190	310	推奨量の40%
ビタミンB ₁ (mg)	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5	0.3	0.5	推奨量の40%
ビタミンB ₂ (mg)	0.4	0.4	0.5	0.6	0.6	0.3	0.6	推奨量の40%
ビタミンC (mg)	20	25	30	35	35	15	35	推奨量の3分の1
食物繊維 (g)	4以上	4.5以上	5以上	7以上	7.5以上	3以上	7.5以上	目標量の40%以上

1. 表に掲げるもののほか, 次に掲げるものについても示した摂取について配慮すること。

亜鉛…児童(6~7歳)2mg, 児童(8~9歳)2mg, 児童(10~11歳)2mg, 生徒(12~14歳)3mg, 夜間課程を置く高等学校の生徒3mg, 特別支援学校の幼児1mg, 特別支援学校の生徒3mg

2. この摂取基準は, 全国的な平均値を示したものであるから, 適用に当たっては, 個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し, 弾力的に運用すること。

3. 献立の作成に当たっては, 多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮すること。

(2022.2.10)