

文科省・学校給食摂取基準について

1. 基準値策定の考え方

- ・厚生労働省作成の「日本人の食事摂取基準（2015年版）」の考え方（注1）を踏まえている。
- ・そのうち昼食である学校給食において摂取すべき割合（注2）を勘案して基準値が策定される。

注1：「日本人の食事摂取基準（2015年版）」

①エネルギーについて

- ・過不足がないことを目標とした。（摂りすぎは「肥満」、不足は「やせ」につながるため）

②たんぱく質・脂質・炭水化物について

- ・これらエネルギー産生栄養素は、個々に基準量をgで定めるのではなく、総エネルギー摂取量に占めるべき割合（%）を範囲で示して指標とした。

③ナトリウム（食塩）について

- ・通常の食事では不足することはほとんどなく、生活習慣病の予防のために、目標量を「～以下」とした。

④その他の栄養素について

- ・不足を防ぐため、対象とする集団の推定平均必要量ではなく、体格等の個人差を踏まえてもほとんど全てが充足する値を推奨量とした。

*推定平均必要量と推奨量の関係（推奨量＝推定平均必要量×算定係数）

栄養素	算定係数	推定平均必要量／推奨量
カルシウム、マグネシウム、 ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンC	1.2	83%
鉄、ビタミンA	1.4	71%

注2：「昼食である学校給食において摂取すべき割合」

①エネルギーについて

- ・1日の必要量の3分の1を基準値とした。

②家庭で不足しがちである等、配慮が必要な栄養素について

- ・3分の1より高い割合を基準値とした。

*昼食で摂取する割合が3分の1以外である栄養素

栄養素	昼食で摂取する割合
鉄、ビタミンA、ビタミンB1、ビタミンB2、食物繊維	40%
カルシウム	50%

2. 摂取基準（厚生労働省・日本人の食事摂取基準、文部科学省・学校給食摂取基準）と、神戸市学校給食の摂取量実績

【児童（8～9歳）】

		日本人の食事摂取基準2015 【1日分の摂取基準】				学校給食摂取基準 (H30年8月策定) 【給食1食分の摂取基準】	R1実績 (4月～11月)
		推奨量		推定平均必要量			
		男子	女子	男子	女子		
エネルギー (kcal)		I : 1600 II : 1850 III : 2100	I : 1500 II : 1700 III : 1900	同左	同左	650	650
たんぱく質 (%)		摂取エネルギー 全体の13～20%		同左	同左	摂取エネルギー 全体の13～20%	16.2
脂質 (%)		摂取エネルギー 全体の20～30%				摂取エネルギー 全体の25～30%	29.8
炭水化物	炭水化物 (%)	摂取エネルギー 全体の50～65%				(規定なし)	54
	食物繊維 (g)	12以上	12以上	—	—	5以上	3.8
ミネラル	ナトリウム (食塩相当量) (g)	5.5未満	6.0未満	—	—	2未満	2.3
	カルシウム (mg)	650	750	550	600	350	318
	マグネシウム (mg)	170	160	140	140	50	85
	鉄 (mg)	8	8.5	6	6	3	2.3
ビタミン	ビタミンA (μg RE)	500	500	350	350	200	373
	ビタミンB1 (mg)	1	0.9	0.8	0.8	0.4	0.37
	ビタミンB2 (mg)	1.1	1	0.9	0.9	0.4	0.52
	ビタミンC (mg)	60	60	50	50	20	22