

保育施設における給与栄養目標量算出例－旭川市

(令和2年度4月から)

別添 2

1～2歳児の給与栄養目標量

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μ gRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食塩相当量 (g)	食物繊維 (g)
1日当たり食事摂取基準量(A)	950	31～47 (13～20%)	21～31 (20～30%)	450	4.5	400	0.50	0.60	40	3.0	7.0
1日に対する保育所の比率(B%)	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
$C=A \times B / 100$	475	15.5～23.5	10.5～15.5	225	2.3	200	0.25	0.30	20	1.5	3.5
保育所における給与栄養目標量	475	16～23	11～15	225	2.3	200	0.25	0.30	20	1.5未満	3.5

○1～2歳児の保育施設における給与栄養目標量は、昼食および午前・午後のおやつで、1日にとることが望ましいと考える量のうちの50%を給与する。

○たんぱく質および脂質については、エネルギー比率(%)として幅をもたせる。

○延長保育に伴うおやつ給与量については、1日の食事摂取基準量の10%程度を目安とする。(1～2歳児…95kcal)

3～5歳児の給与栄養目標量

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μ gRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食塩相当量 (g)	食物繊維 (g)
1日当たり食事摂取基準量(A)	1300	42～65 (13～20%)	29～43 (20～30%)	600	5.5	500	0.70	0.80	50	3.5	8.0
1日に対する保育所の比率(B%)	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
保育所における主食を含んだ給与栄養目標量($C=A \times B / 100$)	650	21～32.5	14.5～21.5	300	2.8	250	0.35	0.40	25	1.8	4.0
家庭から持参する米飯110gの栄養量(D)	184	2.8	0.3	3	0.1	0	0.02	0.01	0	0.0	0.3
$E=C-D$	466	18.2～29.7	14.2～21.2	297	2.7	250	0.33	0.39	25	1.8	3.7
保育所における給与栄養目標量	465	19～29	15～21	295	2.7	250	0.33	0.39	25	1.9未満	3.7

○3～5歳児の施設における給与栄養目標量は、昼食(主食は持参)および午後のおやつで、1日にとることが望ましいと考える量のうち50%を給与する。

○たんぱく質および脂質については、エネルギー比率(%)として幅をもたせる。

○延長保育に伴うおやつ給与量については、1日の食事摂取基準量の10%程度を目安とする。(3～5歳児…130kcal)

《給与栄養目標量を算出する際の基礎》

- ①昼食は1日の食事摂取基準量の1/3、間食は10～20%とし、合わせて50%とする。
- ②エネルギー:1～2歳、3～5歳男児の値(最大値)
- ③たんぱく質:エネルギー比率13～20%未満の範囲内で設定
- ④脂質:エネルギー比率20～30%未満の範囲内で設定
- ⑤ビタミン:ビタミンA・ビタミンB₁・ビタミンB₂・ビタミンCは推奨量の最大値
- ⑥ミネラル:カルシウム、鉄は男児の推奨量(最大値)
- ⑦食物繊維:3～5歳は目標量。1～2歳は前回までの目標量の考え方を継続(1,000kcalあたり7～8g)
- ⑧基準範囲内で数値を設定するが、3～5歳の塩分量については、段階的に近づける。