

別表

## 児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

区分	基準値			
	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
エネルギー	530kcal	640kcal	750kcal	820kcal
たんぱく質 範囲	20g 16g~26g	24g 18g~32g	28g 22g~38g	30g 25g~40g
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の25%~30%			
ナトリウム (食塩相当量)	2g未満	2.5g未満	2.5g未満	3g未満
カルシウム	300mg	350mg	400mg	450mg
鉄	2mg	3mg	4mg	4mg
ビタミンA	150 µgRE	170 µgRE	200 µgRE	300 µgRE
ビタミンB1	0.3mg	0.4mg	0.5mg	0.5mg
ビタミンB2	0.4mg	0.4mg	0.5mg	0.6mg
ビタミンC	20mg	20mg	25mg	35mg
食物繊維	4g	5g	6g	6.5g

(注)

1 表に掲げるもののほか、次に掲げるものについてもそれぞれ示した摂取について配慮すること。

	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
マグネシウム	70mg	80mg	110mg	140mg
亜鉛	2mg	2mg	3mg	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。

範囲……示した値の内に納めることが望ましい範囲