１．栄養摂取状況

（１）小学校５年生男子

平日は休日に比べ、ビタミンＢ１を除くすべての栄養素において摂取量が多い。特にカルシウムの摂取量の差が大きい。

		食事摂取基準	平日			休日
			一日の摂取量	家庭の食事(朝･夕･間食)	学校給食	一日の摂取量
エネルギー	(kcal)	2300	**1972**	1297	675	**1917**
たんぱく質	(g)	40.0	**74.4**	46.1	28.3	**66.0**
脂質	(g)	64.0	**64.9**	43.1	21.8	**60.8**
カルシウム	(mg)	800	**661**	321	340	**450**
鉄	(mg)	7.5	**6.9**	4.7	2.2	**6.3**
ビタミンA	(μg)	400	**843**	542	301	**814**
ビタミンB1	(mg)	1.00	**0.97**	0.67	0.30	**1.04**
ビタミンB2	(mg)	1.20	**1.38**	0.83	0.55	**1.26**
ビタミンC	(mg)	70	**79**	57	22	**75**
たんぱく質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	7.0	**15.1**	14.2	16.8	**13.8**
脂質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	25～30	**29.6**	29.9	29.1	**28.5**
炭水化物ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	68.0	**55.3**	55.9	54.1	**57.7**

（食事摂取基準：日本人の食事摂取基準(2005年版)による）

（２）小学校５年生女子

平日は休日に比べ、ビタミンＢ１を除くすべての栄養素において摂取量が多い。特にカルシウムの摂取量の差が大きい。

		食事摂取基準	平日			休日
			一日の摂取量	家庭の食事(朝･夕･間食)	学校給食	一日の摂取量
エネルギー	(kcal)	2150	**1933**	1255	678	**1847**
たんぱく質	(g)	40.0	**72.9**	44.9	28.0	**64.6**
脂質	(g)	60.0	**63.8**	41.9	21.9	**59.4**
カルシウム	(mg)	800	**675**	333	342	**448**
鉄	(mg)	6.5	**6.8**	4.6	2.2	**6.2**
ビタミンA	(μg)	350	**890**	588	302	**760**
ビタミンB_1	(mg)	1.00	**0.95**	0.65	0.30	**0.95**
ビタミンB_2	(mg)	1.10	**1.31**	0.75	0.56	**1.11**
ビタミンC	(mg)	70	**78**	56	22	**72**
たんぱく質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	7.4	**15.1**	14.3	16.5	**14.0**
脂質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	25～30	**29.7**	30.0	29.1	**28.9**
炭水化物ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	67.5	**55.2**	55.7	54.4	**57.1**

（食事摂取基準：日本人の食事摂取基準(2005年版)による）

・鉄については、月経有の場合、摂取基準（推定平均必要量9.5mg）が多くなるので、特に注意が必要である。

（３）中学校２年生男子

給食有は給食無に比べ、たんぱく質、カルシム、ビタミンＡ、ビタミンＢ２、ビタミンＣの摂取量が多い。特にカルシウムの摂取量の差が大きい。

		食事摂取基準	平日						休日
			一日の摂取量		家庭の食事(朝･夕･間食)		昼食		一日の摂取量
			給食有	給食無	給食有	給食無	給食	給食無	
エネルギー	(kcal)	2350	**2328**	**2415**	1544	1589	784	826	**2255**
たんぱく質	(g)	50.0	**84.0**	**83.0**	54.6	54.0	29.4	29.0	**76.7**
脂質	(g)	73.5	**72.5**	**77.8**	48.9	50.0	23.6	27.8	**70.2**
カルシウム	(mg)	900	**714**	**469**	361	374	353	95	**483**
鉄	(mg)	8.5	**7.1**	**7.4**	4.7	4.9	2.4	2.5	**6.9**
ビタミンA	(μg)	500	**973**	**921**	575	599	398	322	**820**
ビタミンB_1	(mg)	1.20	**1.10**	**1.22**	0.72	0.81	0.38	0.41	**1.16**
ビタミンB_2	(mg)	1.30	**1.41**	**1.30**	0.83	0.88	0.58	0.42	**1.28**
ビタミンC	(mg)	85	**90**	**83**	50	56	40	27	**68**
たんぱく質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	8.5	**14.4**	**13.7**	14.1	13.6	15.0	14.0	**13.6**
脂質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	25～30	**28.0**	**29.0**	28.5	28.3	27.1	30.3	**28.0**
炭水化物ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	63.4	**57.6**	**57.3**	57.4	58.1	57.9	55.7	**58.4**

（食事摂取基準：日本人の食事摂取基準(2005年版)による）

※給食有は給食実施校、給食無は給食未実施校を表す。

（４）中学校２年生女子

給食有は給食無に比べ、すべての栄養素において摂取量が多い。特にカルシウムの摂取量の差が大きい。

		食事摂取基準	平日						休日
			一日の摂取量		家庭の食事(朝･夕･間食)		昼食		一日の摂取量
			給食有	給食無	給食有	給食無	給食	給食無	
エネルギー	(kcal)	2050	**2039**	**1807**	1260	1244	779	563	**1891**
たんぱく質	(g)	45.0	**73.5**	**65.1**	43.8	44.5	29.7	20.6	**66.0**
脂質	(g)	64.0	**65.3**	**61.7**	42.2	41.9	23.1	19.8	**61.7**
カルシウム	(mg)	750	**649**	**423**	297	330	352	93	**444**
鉄	(mg)	9.5	**6.8**	**6.3**	4.3	4.2	2.5	2.1	**6.4**
ビタミンA	(μg)	400	**942**	**678**	543	444	399	234	**742**
ビタミンB_1	(mg)	1.00	**1.12**	**0.87**	0.75	0.62	0.37	0.25	**1.03**
ビタミンB_2	(mg)	1.20	**1.41**	**1.06**	0.83	0.74	0.58	0.32	**1.20**
ビタミンC	(mg)	85	**99**	**78**	61	53	38	25	**70**
たんぱく質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	8.8	**14.4**	**14.4**	13.9	14.3	15.3	14.6	**14**
脂質ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	25～30	**28.8**	**30.7**	30.1	30.3	26.7	31.7	**29**
炭水化物ｴﾈﾙｷﾞｰ比	(%)	63.1	**56.8**	**54.9**	56.0	55.4	58.0	53.7	**57**

（食事摂取基準：日本人の食事摂取基準(2005年版)による）

※給食有は給食実施校、給食無は給食未実施校を表す。