２　栄養摂取状況

(1) 学校給食における栄養摂取状況

学校給食における栄養所要量は、児童生徒の１日における栄養所要量の１／３にとどまらず、家庭の食事に不足しがちな栄養素を補い、栄養の改善充実や健康の保持増進を図るために必要な量が設定されている。

近年、子どもを取り巻く食環境、家庭における食習慣は大きく変化し、食に起因する健康問題は深刻化してきている。学校給食をバランスのとれた食事のモデルとして示すことは、家庭における食に関する教育力を高めるものであり、「生きた教材」としての役割を果たす献立作成がますます重要とされる。

平成20年5月分献立の栄養報告に基づき、学校給食の栄養摂取状況をみると、鉄と食物繊維は基準値に満たず、ビタミンＡは基準値の倍量を摂取している傾向である。

学校給食栄養摂取状況

		小学校（８～９歳）			中学校（１２～１４歳）		
		基準値	平均値	充足率(%)	基準値	平均値	充足率(%)
エネルギー	Kcal	650	650	100	830	796	96
タンパク質	g	24	26.1	109	32	31.4	98
脂質	g	25～30%	20.4	-	25～30%	24.1	-
	%		2.2			27.3	
カルシウム	mg	330	350	106	400	384	96
鉄	mg	3.0	2.7	90	4	3.4	85
Ｖ　Ａ	μgRE	130	342	263	190	424	223
Ｖ B1	mg	0.3	0.40	133	0.4	0.60	150
Ｖ B2	mg	0.4	0.60	150	0.5	0.60	120
Ｖ C	mg	20	28	140	25	34	136
ナトリウム（食塩相当量）	g	３以下	2.5	-	３以下	3.1	-
食物繊維	g	6.5	4.5	69	8	5.7	71
マグネシウム	mg	70	84.7	121	110	103.0	94
亜鉛	mg	2	3.2	160	3	4.1	137

これを１日の食事摂取基準に対する摂取比率でみると、下記のとおりとなる。

		１日の食事摂取基準	１日における学校給食の割合		学校給食の摂取量と充足率		１日の食事摂取基準	１日における学校給食の割合		学校給食の摂取量と充足率	
			基準値	充足率（%）	摂取量	充足率（%）		基準値	充足率（%）	摂取量	充足率（%）
エネルギー	Kcal	2,250	650	29	650	29	2,200	830	38	796	36
タンパク質	g	40	24	60	26.1	65	47.5	32	67	31.4	66
脂質	g	25～30%	25～30%		20.4	―	25～30%	25～30%		24.1	―
	%				28.2					27.3	
カルシウム	mg	800	330	41	350	44	825	400	48	384	47
鉄	mg	7.0	3.0	43	2.7	39	9.0	4.0	44	3.4	38

（注）食事摂取基準は、日本人の食事摂取基準(2005年版)による。
（推定エネルギー必要量は生活活動強度Ⅱとする。）