

「保育所給食の手引き」(6次改訂版) における給与栄養量作成について

～平成16年県民健康・栄養調査(3歳児・就学児)
からの活用～

糸田 恵美 (高鍋保健所)

長友 多恵子 (県立日南病院)

野口 博美 (児童家庭課)

目的

保育所給食担当者のマニュアルとして活用されている「宮崎県保育所給食の手引き」改訂委員会において、給与栄養目標量の設定を検討する。

方法

1 食品群別荷重平均成分表の作成

(1) 調査対象

県内8保健所及び宮崎市が所管する

保育所

(献立検討会単位)

(2) 調査内容

- 3歳以上児実施献立

(平成16年4月から平成17年3月分)



- 使用食品及び1人当たり使用量のデータベース化



- 荷重平均成分表作成

2 給与栄養目標量の検討

- 平成16年県民健康・栄養調査(3歳児・就学前児)データ
- 1日の食事摂取量(中央値)に対する各食事の比率

結果および考察

1 食品群別荷重平均成分表

■ 使用量調査結果

年間延べ給食実施日数 2580日

年間総使用食品数 442食品



食品群毎の使用食品比率および総栄養量



28食品群に分類

2 給与栄養目標量の検討

■ 基本

「日本人の食事摂取基準(2005年版)

■ 参考

平成16年県民健康・栄養調査(3歳児・
就学前児)の食事摂取比率

(1) 各栄養素の設定

① エネルギー

- ・ 1～2歳児、3～5歳児の推定エネルギー必要量の最大値

② たんぱく質

- ・ たんぱく質エネルギー比率10～20%未満

③ 脂質

- ・ 脂肪エネルギー比率20～30%未満

(1) 各栄養素の設定

④ ビタミン

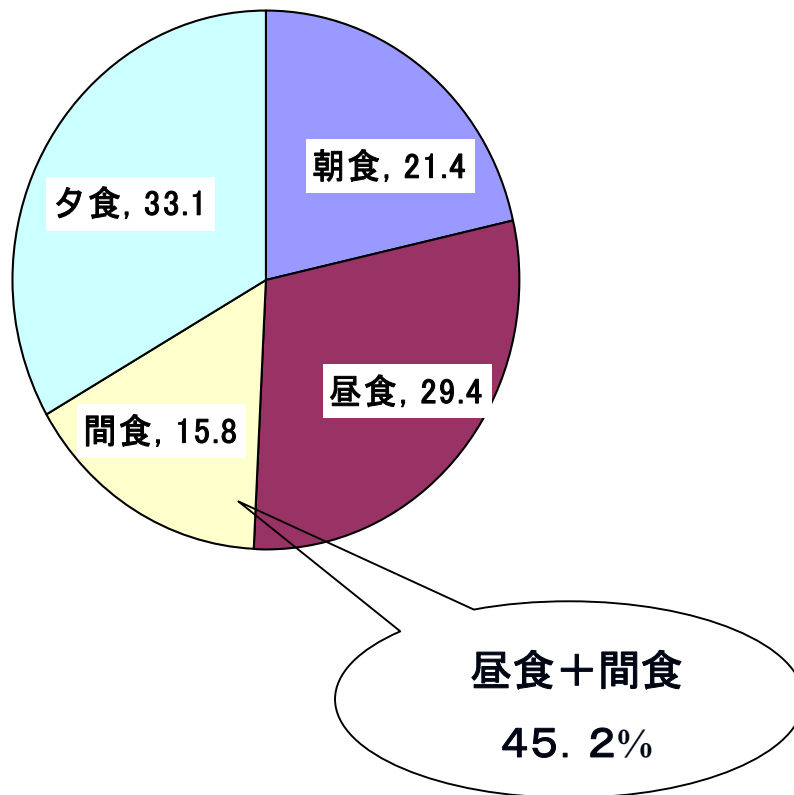
- ・ビタミンA、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンCは
推奨量の最大値

⑤ ミネラル

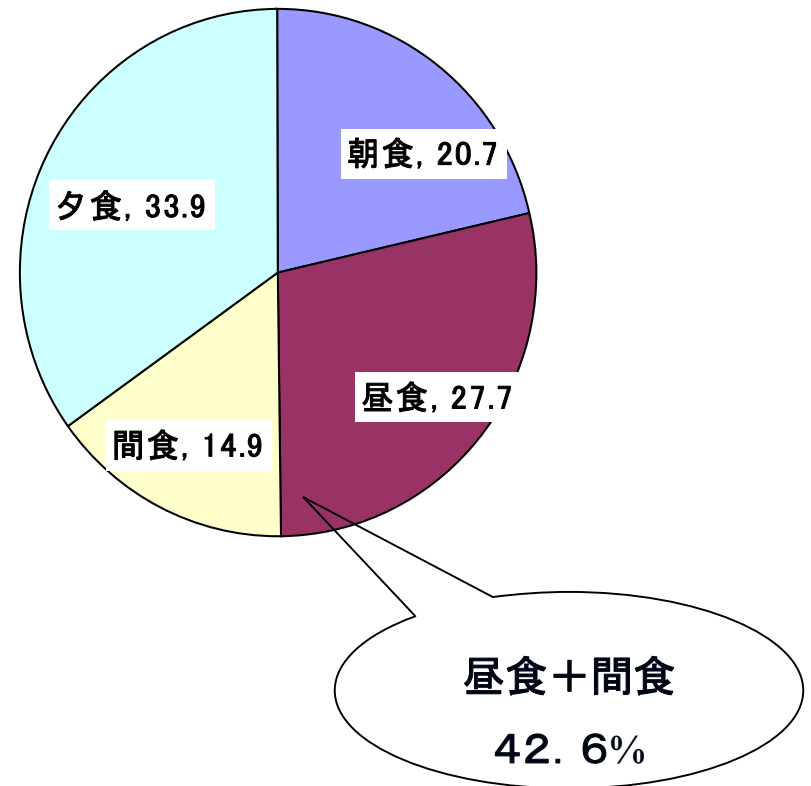
- ・カルシウムは男児の目安量
- ・鉄は推奨量の最大値
- ・食塩相当量は男児の目標量

1日の食事摂取量における比率(エネルギー)

3歳児

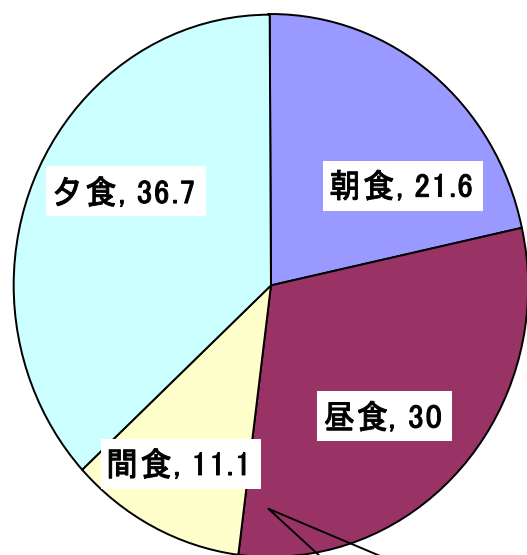


就学前児(5歳児)



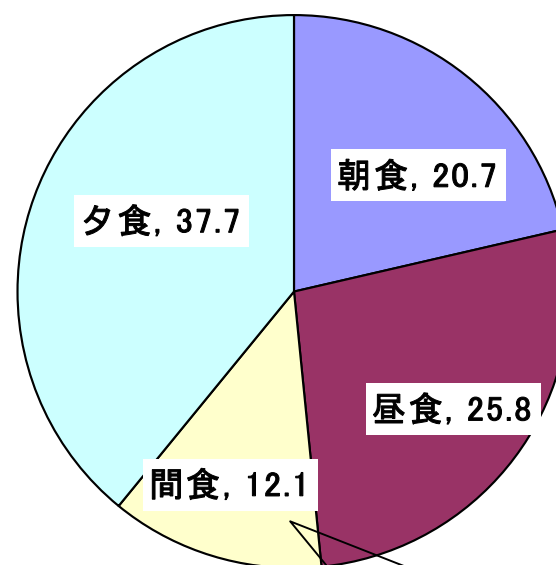
1日の食事摂取量における食事比率(たんぱく質)

3歳児



昼食+間食
41.1%

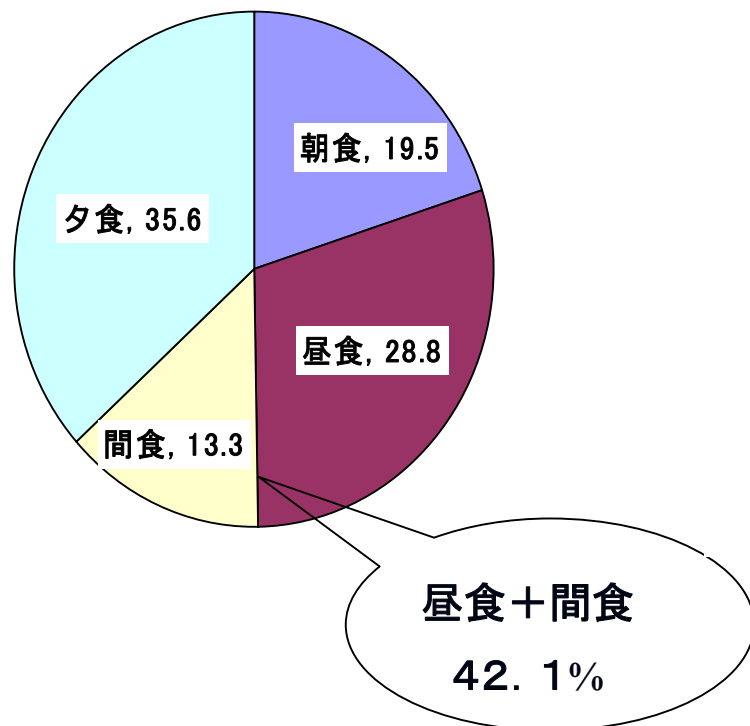
就学前児(5歳児)



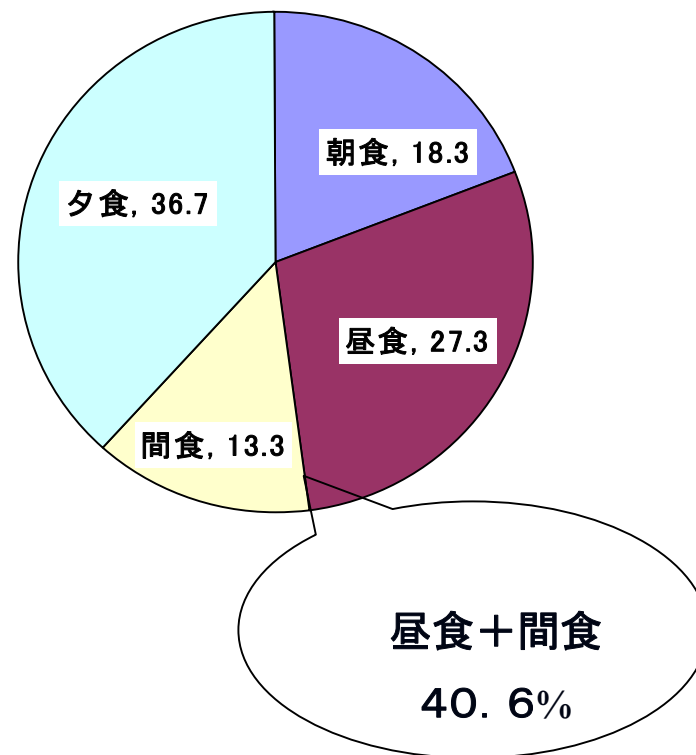
昼食+間食
37.9%

1日の食事摂取量における食事比率(脂質)

3歳児



就学前児(5歳児)



(3) 給与栄養目標量の設定

① 3歳未満児(1~2歳児)の給与栄養目標量

- ・1日当たり食事摂取基準の50%

(ただし鉄は40%)

(3) 給与栄養目標量の設定

②3歳児以上児(3～5歳児)の給与栄養 目標量

- ・1日当たり食事摂取基準の40%

(ただし、カルシウム、ビタミンA、ビタミンB2については、50%)

まとめ

給与目標量の設定

- 平成16年県民健康・栄養調査(3歳児・就学前児)データを活用することにより、宮崎県の実態に即し、根拠に基づくものができた。

今後の取り組み

- 「保育所給食の手引き」を活用し、市町村、施設の指導、支援を行う。