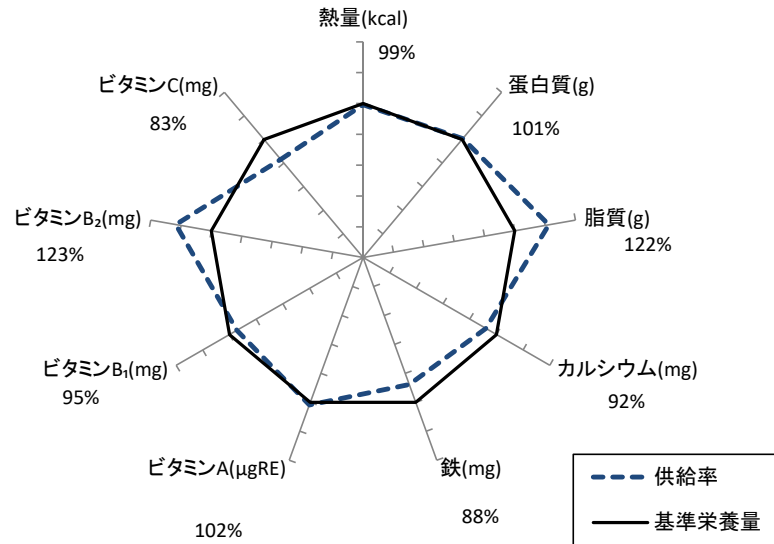
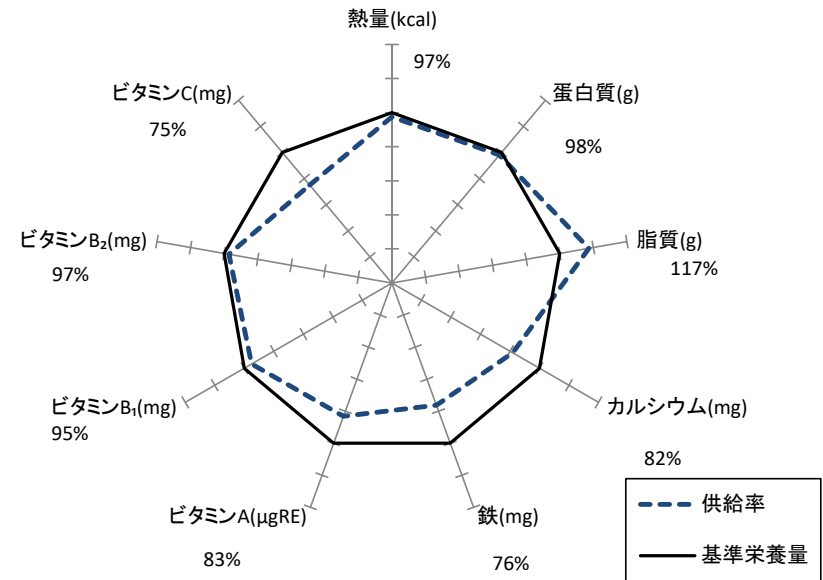


# 令和4年度学校給食栄養状況 (年平均)

〈小学校〉



〈中学校〉



	熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂肪(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(μgRE)	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	ビタミンC(mg)
基準量	650	26.8	18.1	350	3.0	200	0.40	0.40	25
供給量	645	27.0	22.2	322	2.6	204	0.38	0.49	21

	熱量(kcal)	蛋白質(g)	脂肪(g)	カルシウム(mg)	鉄(mg)	ビタミンA(μgRE)	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	ビタミンC(mg)
基準量	830	34.2	23.1	450	4.5	300	0.5	0.6	35
供給量	809	33.5	27.1	368	3.4	250	0.48	0.58	26

小学校では、カルシウム、鉄、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンCと、中学校ではさらにビタミンAの栄養価に特に不足がみられました。鉄については、地場産物である小松菜やほうれん草などの葉物類、赤身の肉や赤身の魚なども使用し、子供たちに食べやすい形で提供していきます。

カルシウムについては、今後とも体内への吸収率のよい乳製品を中心とします。さらに、カルシウムの吸収を助けるビタミンDも含まれる、骨ごと食べられる魚の献立や小魚を使用した献立を積極的に取り入れていきます。また、ビタミンB<sub>1</sub>は豚肉に多く含まれていますので、鶏肉と豚肉のバランスを考慮した献立作成をしていきます。ビタミンA、ビタミンCを補うために、主菜にも野菜を加えたり、果物の提供量を増やしていけるよう、献立作成を工夫していきます。