

表4 保育所における給与栄養目標量（令和3年2月改訂）

（1）1～2歳児の給与栄養目標量（完全給食・おやつを含む）※昼食及び午前・午後のおやつで食事摂取基準の50%を給与する。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 ^{※3)} (g)	脂質 ^{※3)} (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μ gRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 ^{※4)} (g)	食塩 (g)
食事摂取基準 ^{※1)} (1日あたり)	950	(13～20%)	(20～30%)	450	4.5	400	0.5	0.6	40	—	3.0未満
食事摂取基準×50%	475	15.4～23.8	10.6～15.8	225	2.25	200	0.25	0.30	20	—	1.5未満
保育所における 給与栄養目標量	480	16～23	11～15	230	2.3	200	0.25	0.30	20	—	1.5未満

（2）3～5歳児の給与栄養目標量 ※昼食（主食は家庭より持参）及び午後のおやつで食事摂取基準の45%（食塩を除く）を給与する。

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 ^{※3)} (g)	脂質 ^{※3)} (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μ gRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 ^{※4)} (g)	食塩 (g)
食事摂取基準 ^{※1)} (1日あたり)	1300	(13～20%)	(20～30%)	600	5.5	500	0.7	0.8	50	8以上	3.5未満
食事摂取基準×45%	585	19.0～29.3	13.0～19.5	270	2.5	225	0.32	0.36	22.5	3.6以上	1.6未満
家庭から持参する 米飯110gの栄養量 ^{※2)}	172	2.8	0.3	3	0.1	0	0.02	0.01	0	1.7	0
保育所における 給与栄養目標量	415	16～26	13～19	270	2.4	230	0.3	0.35	25	1.9以上	1.8未満 ^{※5)}

※1) 安全性を考慮し、男児と女児で数値が高い方の基準値を適用することとする。

※2) 八訂成分表値から算出。家庭から持参する主食量は110gとしたが、各園での調節が望ましい。

※3) たんぱく質、脂質については、総エネルギーから算出した値として幅をもたせる。

※4) 食物繊維については、食事摂取基準2015年版において0～5歳児の目標量が設定されていなかったが、2020年版においては3～5歳児のみ目標量が示されたため、新たに給与栄養目標量を設定した。なお、便秘症の小児（3～14歳）を対象にした介入試験において、3～7歳では10g/日以上摂取量を達成した群で有意な便秘症の改善が観察されたとの報告があることを記載しておく。

※5) 3～5歳児の食塩については、食事摂取基準の目標量の最小値と山梨県に報告された栄養管理報告書（令和元年度）における中央値との中間値とした。