研究ノート

学校給食の平均所要栄養量と標準食品構成表の変遷

The dietary standard of the school meal and the change of the standard dietary composition

桑 守 豊 美 稗 苗 智恵子 KUWAMORI Toyomi and HIENAE Chieko

1 はじめに

学校給食は戦後の食糧難と栄養不足を救うために、GHQから脱脂粉乳の提供を受けるなどして始まり、昭和29年には学校給食法が制定され、その後のこどもの成長・健康に大きく寄与してきている。

学校給食の実施に際しては文部科学省からエネルギーおよび栄養素量の提供量として平均所要栄養量と食品の提供量として標準食品構成表が示されている。これらは、我国の食料事情の変化や、栄養学の進歩にともなって変遷してきている。

筆者等は成長期の3才、6才、9才のこどもの食品の1回摂取重量を設定したいと考え、年令別に1食の食品重量が示されている学校給食の標準食品構成表を参考にすることを計画した。

この作業を機に学校給食の平均所要栄養量 (栄養基準量)と標準食品構成表を学校給食の 開始からすべてまとめることを試みたが、関係 機関にもまとまった資料がないことが分り、資 料を整えておくことは我国の学校給食の変遷を 示すためにも意義があると考えた。

今回はとりあえず収集できた昭和46年から平成21年までのものを記すことにする。

学校給食の平均所要栄養量および標準食品 構成表

学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表はこの37年間に表1~8に示す7回の改定が行われていた。改定は厚生労働省より示される健康増進や栄養改善施策の基本となる「栄養所要量」2005年次からは「食事摂取基準」表9をもとにして、設定が行われてきている。

平均所要栄養量の基準(標準)の設定対象および年齢区分では、昭和46年は、小学校は6,7,8才、9,10,11,才の2区分と中学校生徒の3区分であった。昭和50年からは幼児と夜間定時制高校が加わり5区分で示されていた。昭和60年以降は小学校が6~7才、8~9才、10~11才の3区分に変わり6区分で示されている。また、昭和63年からは夜間定時制高校を、夜間課程を置く高等学校および盲・ろう学校の高等部の生徒とし、対象を変更している。

また平均栄養所要量の名称は、日本人の栄養 所要量の改訂を受け、平成20年改訂分からは食 事摂取基準に変更されている。

栄養素等の種類や単位については、昭和46年は 熱量(Cal)の他、タンパク質(g)、脂肪(g)、

表 1 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

幼児の場合

										_	
所要栄養量		昭	3和50年5月	⋾ ┃	昭和6	60年	昭和	63年	平成7年	平成15年	平成20年
 熱量	Cal			500							
熱量	kçal			000		530		530	530	540	540
加工 たんぱく質	g			20		19		19	19	18	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •
()内、それぞれ動物性た んぱく質の量				(9)							
たんぱく質 範囲 ※1	g										13 8~23
脂肪	g			14		20		25~30	25 22	25 22	25 22
脂肪 カルシウム	% g			0.3		30		30%以下	25~30	25~30	25~30
カルシウム	mg			0.0		220		275	275	250	
カルシウム 目標値 ※2	mg										280 280
鉄	mg					2.7		2.7	2.7	2.5	2
ビタミンA	IU DE			750		500		500	150	100	
ビタミンA ビタミンA	μgRE								150	100	100
E ダミンA 範囲 ※1	μgRE										100~300
ビタミンB1	mg			0.4		0.33		0.33	0.33	0.2	0.3
ビタミンB2	mg			0.5		0.47		0.47	0.47	0.3	0.3
ビタミンC	mg			19		22		22	22	20	15
食物繊維	g							5.3	5.3	5	5
ナトリウム(食塩)	g						4g以下 困難な場	合6g以下	4g以下	3g以下	2g未満
マグネシウム	mg									40	
亜鉛	mg									2	
たんぱく質の栄養	/#F										
たんはく真の栄養 85の場合				16							
80の場合	g g			17							
75の場合	g			18							
学校給食の標準食品	構成表										
		Α	В	С	パン	米飯	パン	米飯			
パン(米飯)	g										
小麦粉	g	60	60		55		55		22	20	20
イースト		1.2~1.8	1.2~1.8								
	g	1.2 - 1.0	1.2~~1.0		1.4		1.4		0.6	0.5	
食塩	g	1.2	1.2		1.1		1.1		0.4	0.7	0.4
食塩 ショートニング		1.2 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4		1.1 1.9		1.1 1.9		0.4 0.8	0.7 0.7	0.4 0.7
食塩 ショートニング 砂糖類	g g g	1.2 1.8~2.4 18~2.4	1.2 1.8~2.4 18~2.4		1.1 1.9 1.9		1.1 1.9 1.9		0.4 0.8 0.8	0.7 0.7 0.7	0.4 0.7 0.7
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳	g g g g	1.2 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4	70	1.1 1.9		1.1 1.9	0.5	0.4 0.8 0.8 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7	0.4 0.7 0.7 0.7
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米	g g g g	1.2 1.8~2.4 18~2.4	1.2 1.8~2.4 18~2.4	70	1.1 1.9 1.9	65	1.1 1.9 1.9	65	0.4 0.8 0.8 0.8 39	0.7 0.7 0.7 0.7 39	0.7 0.7 39
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米	25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 2	1.2 1.8~2.4 18~2.4	1.2 1.8~2.4 18~2.4	70 0.35	1.1 1.9 1.9	65 0.2	1.1 1.9 1.9	65 0.2	0.4 0.8 0.8 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7	0.4 0.7 0.7 0.7
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳	ත ත ත ත	1.2 1.8~2.4 18~2.4	1.2 1.8~2.4 18~2.4		1.1 1.9 1.9		1.1 1.9 1.9		0.4 0.8 0.8 0.8 39	0.7 0.7 0.7 0.7 39	0.4 0.7 0.7 0.7 39
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米	25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 2	1.2 1.8~2.4 18~2.4	1.2 1.8~2.4 18~2.4		1.1 1.9 1.9		1.1 1.9 1.9		0.4 0.8 0.8 0.8 39	0.7 0.7 0.7 0.7 39	0.4 0.7 0.7 0.7 39
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9	0.2	1.1 1.9 1.9 1.9	0.2	0.4 0.8 0.8 0.8 39 0.12	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	0.35	1.1 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9	0.2 155	0.4 0.8 0.8 0.8 39 0.12	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9	0.2	1.1 1.9 1.9 1.9	0.2	0.4 0.8 0.8 0.8 39 0.12	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類、肉類、卵類 (うち小魚) 小魚類	85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 85 8	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5)	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類、肉類、卵類 (うち小魚) 小魚類	80 80 80 80 80 80 80 80 80 80 80 80 80 8	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9	0.2 155 14	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155 12.4	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 0.12 155
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 関類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9 1.5 155	155 14 (1.5)	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155 12.4 1.5	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類 (うち,) (うち,) (うち,) (うち,) 関類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5)	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155 12.4 1.5	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類 (うち小魚) 小魚鳥肉 関卵類 乳製品		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.55	0.2 155 14 12	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	0.2 155 14 (1.5) 12	0.4 0.8 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.4	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 角介類、肉類、卵類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 関類 関類 関類 乳製品 乳製品類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9	155	1.1 1.9 1.9 1.9 1.5 155	155 14 (1.5)	0.4 0.8 0.8 0.9 0.12 155 12.4 1.5 12.4	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類(うち小魚) 小魚類 防類 卵類 乳製品 乳製品 乳類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155	0.2 155 14 12 7	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5) 12 7	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 1.2 6.2	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 角介類、肉類、卵類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 関類 関類 関類 乳製品 乳製品類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.55	0.2 155 14 12	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	0.2 155 14 (1.5) 12	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 1.2 6.2	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 低介類(うち小魚) 小魚類 関類 関類 乳製品 乳製品 乳類 大豆、大豆製品		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155	0.2 155 14 12 7	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5) 12 7	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 1.2 6.2	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6	0.4 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類 (うち小魚) 小魚類 駅類 の類類 別類 乳製類 乳製製品 乳製類 大豆類 豆製製品 豆製製品 短いも類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30	206	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55	155 14 12 7 2	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5) 12 7	0.4 0.8 0.8 0.9 0.12 155 12.4 1.5 1.5 12.7	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6	0.4 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 影鳥肉類 別類 乳製品 乳製品 乳類 大豆類 品類 乳類 大豆製品 豆製 品類 いもおよびでんぷん		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 21 21 21 21 21	35	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155	0.2 155 14 12 7	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5) 12 7	0.4 0.8 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.4 1.5 12.4	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6	0.4 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 気介類(うち小魚) 小魚魚類 卵類製品 乳類 乳類 大豆製品 豆類 出類 大豆製品 短いもおよびでんぷん 芋及びでんぷん類		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 2 10	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 20 30	30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55	155 14 12 7 2	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5)	155 14 (1.5) 12 7	0.4 0.8 0.8 0.9 0.12 155 12.4 1.5 1.5 12.7	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化・ 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 (うち小魚) 小魚類 別類 乳製製品 乳製製品 乳乳製品 乳乳類 大豆製品 豆類 豆製品 豆類 豆製品 「豆類 「シャングルのが、これを表している。これを、まる。		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 21 21 21 21 21	35	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 2 13	0.2 155 14 12 7 2 20	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 (1.5) 2 2 32	0.2 155 14 (1.5) 12 7 2 20 28	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.4 1.5 29.6	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6	0.4 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化・ 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類(うち小魚) 小魚類 関類製製品 類類 乳製類 入豆類 品類 大豆類 と類 にもおびでんぷん 野菜類③ 緑黄色野菜		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 2 10	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 20 30	30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 12 2 2 13	0.2 155 14 12 7 20 20	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5) 2 2 13	0.2 155 14 (1.5) 12 7 20 28	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155 12.4 1.5 12.4 1.5 29.6	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 3 5 15	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 ・ 中乳 ・ スキムミルクの場合①) ミルク キ乳 ・ スキムミルク 魚介類 (スキムミルク 魚介類 (うち小魚) ・ 八角魚 (うち) ・ 魚魚類 ・ 大豆類 ・ 大豆製品 ・ 「豆製 品類 ・ いも数 でる。 おん 変 変 類 でん。 なん 数 要 でん。 なん 数 要 でん ない でん 数 にも なびで ふぷん 類 要 変 類 で でん の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 で で か の 数 す で で か の も な びで の か の 数 す で の 他 の 野菜		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 2 10	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 20 30	30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 13 32	155 14 12 7 2 20 28	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5) 2 12 5 13 32	0.2 155 14 (1.5) 12 7 20 28 28 20 50	0.4 0.8 0.8 0.3 39 0.12 155 12.4 1.5 12 6.2 2 17 29.6 50	0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 6 4 5 15 15	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 133 3 122 6 3 5 155
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化・ 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 魚介類(うち小魚) 小魚類 関類製製品 類類 乳製類 入豆類 品類 大豆類 と類 にもおびでんぷん 野菜類③ 緑黄色野菜		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 2 10	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 20 30	30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 12 2 2 13	0.2 155 14 12 7 20 20	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5) 2 2 13	0.2 155 14 (1.5) 12 7 20 28	0.4 0.8 0.8 0.8 3.9 0.12 1.55 12.4 1.5 6.2 2.1 2.9.6 20 50 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 3 5 5 15	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 12 6 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 強化米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類 気内類 (うち小魚) 小魚魚類 駅類 風類 乳製器 乳製類 乳製製品 乳製類 大豆類 豆製品 豆型製品 関 いもおよびでんぷん 野菜葉色野野菜 その仮		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 21 10 30 55	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 30 21 20 30 30	206 35 30 10	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 13 32 20 50 0.5	0.2 155 14 12 2 20 28 28 20 50	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 (1.5) 12 2 2 13 32 20 50 0.5	0.2 155 14 (1.5) 12 2 20 28 28 20 50 1	0.4 0.8 0.8 0.8 3.9 0.12 1.55 12.4 1.5 6.2 2.1 2.9.6 20 50 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 3 5 15 15	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 133 3 12 6 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 スキムミルク 魚介類、肉類、卵類 (うち小魚) 小魚魚類 (うち小魚) 小魚魚類 現製品品類 乳製製品 見類 豆類 豆製製品品類 乳類 大豆類 豆製製品 下でんぷん 野菜 製質 いもおびでんぷん 野野野野 緑のの類 製類 をでんぷん 野野野野野 緑のの 野野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野野野 緑のの 野野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野野 緑のの 野野野 大豆の 野野野 大豆の 野野野 大豆の 野野野 大豆の 大豆の 大豆の 大豆の 大豆の 大豆の 大豆の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の 大の		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 21 10 30 55	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 30 21 20 30 30	206 35 30 10	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 2 2 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 12 2 20 28 28 20 50	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 (1.5) 2 2 2 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 (1.5) 12 2 20 28 28 20 50 1	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.6 2 2 17 29.6 50 0.8 39	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 5 15 15 25 25 30 30 3	0.4 0.7 0.7 0.7 0.12 155 133 3 3 122 6 6 155 155 155 255 188 50 2 30 3 30 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 人介類、肉類、卵類 (方ち類魚) 小介魚(うち類魚) 小魚鳥類類 別類製品 類類型品品類 乳製類豆類 大豆類 豆型製類 大豆類 豆型製類 大豆類 豆型製類 大豆類 豆型製類 いもよびでんぷん 芋菜菜色野の 大変類 野野野野 緑の大の 大の大の 大の大の 大の大の 大の大の 大の大の 大の大の		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 21 10 30 30 30	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 10 30 55	30 30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 2 13 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 12 2 20 20 50 50 11 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5) 12 5 2 2 13 32 20 0.5 30	0.2 155 14 (1.5) 12 20 20 28 28 20 50 11 30	0.4 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.4 1.5 20 0.8 0.8 0.8 0.8 0.8 0.8 0.8 0.8 0.8 0.	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 3 5 15 15 25 18 30 30 3	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 5 15 15 15 15 15 15 15 15 15
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 、肉類、卵類 魚介介(うち類) 魚介類(うち類) 魚の類 、肉類 乳製類 乳乳類 乳乳類 、大豆類 品類 、大豆類 品類 いもおびでんぷん 芋野菜類 との類 果まの でのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、おいたのである。 、まず、これの場合。 、まず、これ、これの場合。 、まず、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 2 10 30 4	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 20 30 30 55	206 35 35 10 30 4	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.55 10 12 2 2 13 32 20 50 0.5 3.5 0.5	20 20 30 30 3.5	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 10 (1.5) 2 2 32 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 (1.5) 12 7 2 20 20 1 30 3.5 1	0.4 0.8 0.8 0.3 0.12 155 12.4 1.5 12.6.2 2 177 29.6 0.8 30 3.5 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 5 15 15 25 18 50 2 30 3 3 3 2	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 39 0.12 155 13 3 12 12 6 155 15 13 3 3 2 25 25 25 25 20 30 3 3 3 3 2
食塩 ショートニング 砂糖類 脱脂粉乳 精白米 牛乳 (スキムミルクの場合①) ミルク 牛乳 (スキムミルクカ類、卵類 (人) か 類 (人) が 類 (人) が 別 表		1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 206 30 21 10 30 30 30	1.2 1.8~2.4 1.8~2.4 1.8~2.4 20 30 21 10 30 55	30 30 30 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.9 1.9 155 10 12 2 2 2 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 12 7 2 20 20 50 11 30	1.1 1.9 1.9 1.9 1.55 (1.5) 2 2 2 32 20 50 0.5 30	0.2 155 14 (1.5) 12 2 20 20 50 11 30 3.5	0.4 0.8 0.8 0.8 0.12 155 12.4 1.5 12.6 2 2 17 29.6 20 50 0.8 30 3.5 0.8	0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 13 3 12 6 3 5 15 25 18 50 2 30 3 3 3 3 3 3 3	0.4 0.7 0.7 0.7 0.7 0.12 155 133 3 12 6 6 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15

児童(6~8歳)の場合(昭和46年、50年)

児童(6~8歳)の場合 所要栄養量		昭和46年4月 昭和50年5月					
熱量	Cal	600		1,100 10.	600		
たんぱく質		23			23		
()内、それぞれ動物	g	(10)			(10)		
性たんぱく質の量 脂肪	~	17			17		
カルシウム	g	0.3			0.3		
ビタミンA	g IU	900			900		
ビタミンB1		0.5			0.5		
ビタミンB2	mg	0.6			0.6		
ビタミンC	mg	19			19		
2,2,50	mg	19			19		
たんぱく質の栄養価							
85の場合	g	19			19		
80の場合	g	20			20		
75の場合	g	21			21		
学校給食の標準食品	構成表		Α	В	С		
パン(小麦粉量)	g	75					
パン(米飯)	g						
小麦粉	g		75	75			
イースト	g		1.5~2.25	1.5~2.25			
食塩	g		1.5	1.5			
ショートニング	g		2.25~3.0	2.25~3.0	,		
砂糖類	g		2.25~3.0	2.25~3.0			
脱脂粉乳	g		2.25~3.0	2.25~3.0			
精白米	g				90		
強化米	g				0.45		
牛乳	g	206	206		206		
(スキムミルクの場合 ①)	g	(21)		21			
ミルク 牛乳	g						
スキムミルク	g				,		
魚介類、肉類、卵類	g	35	35	35	45		
魚介類	g						
獣鳥肉類	g						
卵類	g						
乳製品	g	2	2	2	3		
乳製品類	g						
大豆、大豆製品	g	15	15	15	17		
いも類	g	35	35	35	35		
いもおよびでんぷん	g						
野菜類③	g	65	65	65	80		
緑黄色野菜	g						
その他の野菜	g						
藻類	g						
果実類	g	35	35	35	35		
油脂類	g	5	5	9	5		
(スキムミルクの場合 ②)	g	(9)					
砂糖類	g	4	4	4	4		
小麦粉、デンプン、食 塩、その他の調味料	g						

表 2 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表 表 3 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

児童(9~11歳)の場合(昭和46年、50年)

児童(9~11歳)の場合	3(昭和464	₹、50年)						
所要栄養量	所要栄養量			昭和50年5月				
熱量	Cal	700			700			
たんぱく質	g	30			30			
()内、それぞれ動物 性たんぱく質の量		(13)			(13)			
脂肪	g	20			20			
カルシウム	g	0.4			0.4			
ビタミンA	IU	1100			1100			
ビタミンB1	mg	0.6			0.6			
ビタミンB2	mg	0.7			0.7			
ビタミンC	mg	20			20			
たんぱく質の栄養価								
85の場合	g	25			25			
80の場合	g	27			27			
75の場合	g	28			28			
学校給食の標準食品構	成表		Α	В	С			
パン(小麦粉量)	g	85						
パン(米飯)	g							
小麦粉	g		85	85				
イースト	g		1.7~2.55	1.7~2.55				
食塩	g		1.7	1,7				
ショートニング	g		2.55~3.4	2.55~3.4				
砂糖類	g		2.55~3.4	2.55~3.4				
脱脂粉乳	g		2.55~3.4	2.55~3.4				
精白米	g				100			
強化米	g				0.5			
<u></u> 牛乳	g	206	206		206			
(スキムミルクの場合	g	(24)		24				
①) ミルク 牛乳	g							
スキムミルク	g							
無介類、肉類、卵類 魚介類、肉類、卵類	g	45	45	45	65			
魚介類	g							
獣鳥肉類	g							
卵類	g							
	g	3	3	3	4			
乳製品類	g							
大豆、大豆製品	g	17	17	17	20			
いも類		45	45	45	45			
いもおよびでんぷん	g	40	40	40	40			
野菜類③	g	75	75	75	100			
野来類③ 	g	/5	/3	/3	100			
	g							
その他の野菜	g							
藻類 	g							
果実類	g	40	40	40	40			
油脂類 (スキムミルクの場合	g	6	6	11	6			
(2)	g	(11)						
砂糖類 小麦粉、デンプン、食	g	5	5	5	5			
小麦粉、テンノン、良 塩、その他の調味料	g							

表 4 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

児童(6~7歳)の場合

所要栄養量	所要栄養量)年	昭和63年		平成7年	平成15年	平成20年
 熱量	Cal							
熱量	kcal		590		590	590	580	560
たんぱく質	g		22		22	22	21	
たんぱく質								16
範囲 ※1	g				05 00			10~25
脂肪	%		30		25~30 30%以下	25~30	25~30	25~30
カルシウム	mg		240		275	275	300	
カルシウム 目標値 ※2	mg							300 320
鉄	mg		3		3	3	3	3
ビタミンA	IU		600		600			
ビタミンA	μgRE					180	120	
ビタミンA	μgRE							130
範囲 ※1			0.07		0.07	0.07		130~390
ビタミンB1	mg		0.37		0.37	0.37	0.3	0.4
ビタミンB2 ビタミンC	mg		0.51 22		0.51 22	0.51 22	0.3	0.4 20
食物繊維	mg	—	22		5.9	5.9	20 5.5	5.5
	g			4g以下	5.9			
ナトリウム(食塩)	g				合6g以下	4g以下	3g以下	2g未満
マグネシウム	mg						60	70
亜鉛	mg						2	2
学校給食の標準食	 品構成表	パン	米飯	パン	米飯			
 パン(小麦粉量)	g							
パン(米飯)	g							
小麦粉	g	55		55		22	20	20
イースト	g	1.4		1.4		0.6		0.5
食塩	g	1.1		1.1		0.4	0.4	0.4
ショートニング	g	1.9		1.9		0.8	0.7	0.7
砂糖類	g	1.9		1.9		0.8	0.7	0.7
脱脂粉乳	g	1.9		1.9		0.8	0.7	0.7
精白米	g		70		70	42	42	
強化米	g		0.21		0.21	0.13		
牛乳	g	206	206	206	206	206	206	206
小麦粉およびその製品	g	4.5	2.5	4.5	2.5	3.3	4	4
いもおよびでんぷん	g	36	36	36	36			
芋及びでんぷん類	g					36		
砂糖類	g	2.5	2.7	2.5	2.7	2.6		
油脂類	g	4	4	4	4	4		
種実類	g	1 15	1.5	1	1.5	1.3	2.5	2.5
大豆およびその製品 豆類	g	15	23	15	23		5	5
<u>□ 立知</u> 豆製品類	g					20		
<u>虽我的知</u> 魚介類	g	12	15	12	15	13.8		
(うち小魚)	g g	12	10	(1.5)	(1.5)	13.0	13	13
小魚類	g g			(1.0)	(1.0)	1.5	3	3
	g g	16	14	16	14	1.0	l	<u> </u>
肉類	g	, ,	, , ,	, ,	1-1	14.8	12	12
卵類	g	6	10	6	10	8.4		
乳製品類	g	2.3	3	2.3	3	 	l	Ť
						3	3	3
	g	1						
乳類	g g	23	23	23	23	23	19	19
	g g	23 55	23 55	23 55	23 55	23 55		
乳類 緑黄色野菜	g							60
乳類 緑黄色野菜 その他の野菜	g g	55	55	55	55	55	60	60 30

表 5 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

児童(8~9歳)の場合

所要栄養量	昭和60)年	昭和63年		平成7年	平成15年	平成20年	
 熱量	Cal							
<u> </u>	kcal		640	640		640	650	660
M型 たんぱく質	g		25		25		24	
たんぱく質								20
範囲 ※1	g							13~28
脂肪	%		30		25~30 30%以下	25 ~ 30	25~30	25~30
カルシウム	mg		290		290	290	330	
カルシウム 目標値 ※2	mg							350 380
鉄	mg		3.2		3.2	3.2	3	3
ビタミンA	IU		675		675			
ビタミンA	μgRE					203	130	
ビタミンA	μgRE							140
範囲 ※1								140~420
ビタミンB1	mg		0.4		0.4	0.4	0.3	0.4
ビタミンB2	mg		0.55		0.55	0.55	0.4	0.5
ビタミンC	mg		22		22	22	20	23
食物繊維	g			4g以下	6.4	6.4	6.5	6
ナトリウム(食塩)	g				合 <u>6g以下</u>	4g以下	3g以下	
マグネシウム	mg						70	80
亜鉛	mg						2	2
 学校給食の標準食 _!	———— 品構成表	パン	米飯	パン	米飯			
 パン(米飯)	~							
小麦粉	g	65		65		26	23	23
イースト	g g	1.6		1.6		0.6	0.6	0.57
	g g	1.3		1.3		0.5	0.5	0.46
ショートニング	g g	2.3		2.3		0.9	0.8	0.40
	 g	2.3		2.3		0.9	0.8	0.8
脱脂粉乳	b	2.3		2.3		0.9	0.8	0.8
精白米	g		80		80	48	48	48
強化米	g		0.24		0.24	0.14	0.14	0.14
牛乳	g	206	206	206	206	206	206	206
小麦粉およびその製品		5	3	5	3	3.8	5	5
いもおよびでんぷん	g	40	40	40	40			
芋及びでんぷん類	g					40	38	38
砂糖類	g	3	3		3	3		3
油脂類	g	4.5	4.5	4.5	4.5	4.5	3	3
種実類	g	1	1.5	1	1.5	1.3	3.5	3.5
大豆およびその製品	g	16	25	16	25			
豆類	g						6	6
豆製品類	g	4.4	4-7	4.4		21	20	20
魚介類	g	14	17	14	17	15.8	16	16
<u>(うち小魚)</u> 小魚類	g			(1.5)	(1.5)	1 5	3	2
<u> </u>	g	18	16	18	16	1.5	3	3
肉類	g	10	10	10	10	17	15	15
卵類	g g	8	12	8	12	17	6	6
乳製品類	g g	2.5	4	2.5	4	10		
乳類	g g	2.0		2.0		3.4	4	4
緑黄色野菜	 g	25	25	25	25	25		23
その他の野菜	g	60	60	60	60	60		70
果実類	g g	35	35	35	35	35		32
きのこ類	g						4	4
藻類	g	1	1.5	1	1.5	1.3		2

表 6 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

児童(10~11歳)の場合

———————————— 所要栄養量		昭和60)年	昭和63年		平成7年	平成15年	平成20年
			'	-H 1400 1		1 /24/ 1	1 750.0 1	1 75020 1
熱量	Cal		700		700	700	700	770
<u>熱量</u> たんぱく質	kcal		720 29	720 29		720 29		770
たんぱく質	g		29		29	29	20	25
範囲 ※1	g							17~30
脂肪	%		30		25~30 30%以下	25~30	25~30	25~30
カルシウム	mg		370		370	370	350	
カルシウム 目標値 ※2	mg							400 480
<u> </u>	mg		3.5		3.5	3.5	3	4
ビタミンA	IU		750		750			
ビタミンA	μgRE					225	150	
ビタミンA	μgRE							170
範囲 ※1	μgκc							170~510
ビタミンB1	mg		0.46		0.46	0.46		0.5
ビタミンB2	mg		0.63		0.63	0.63	0.4	0.5
ビタミンC	mg		22		25	25		26
食物繊維	g			4 151-	7.2	7.2	7	6.5
ナトリウム(食塩)	g			4g以下 困難な場	<u> </u>	4g以下	3g以下	3g未満
マグネシウム	mg						80	110
亜鉛	mg						2	3
		· ·						
学校給食の標準食	品構成表	パン	米飯	パン	米飯			
パン(米飯)	g							
小麦粉	g	75		75		30	26	26
イースト	g	1.9		1.9		0.8	0.65	0.65
食塩	g	1.5		1.5		0.6	0.5	0.52
ショートニング	g	2.6		2.6		1	0.9	0.91
砂糖類	g	2.6		2.6		1	0.9	0.91
脱脂粉乳	g	2.6		2.6		1	0.9	0.91
精白米	g		100		100	60		60
強化米	g		0.3		0.3	0.18		0.18
牛乳	g	206	206	206	206	206		1
小麦粉およびその製品	i g	6	3.5	6	3.5	4.5	7	7
いもおよびでんぷん	g	45	45	45	45	45	40	
芋及びでんぷん類	g	0.5	0.4	0.5	0.4	45		42
砂糖類	g	3.5	3.4	3.5	3.4	3.4		
油脂類	g	5	5	5	5	5	_	3
種実類 大豆およびその製品	g	1 17	1.5 27	1	1.5 27	1.3	3.5	3.5
	g	. 1/1	2/	17	27			
1 古 粧	~	.,						
豆類 三制品類	g					າາ	6	6
豆製品類	g		20	16	20	23	21	21
豆製品類 魚介類	g g	16	20	16	20	23 18.4		21
豆製品類 魚介類 (うち小魚)	g g		20	16 (1.5)	20 (1.5)	18.4	21 16	21 16
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類	හු හු හු	16		(1.5)	(1.5)		21 16	21
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類	g g g g		20			18.4	21 16 3	21 16 3
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類	g g g g	16	18	(1.5)	(1.5) 18	18.4 1.5 19.2	21 16 3	21 16 3
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類	25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 2	21	18	(1.5) 21 9	(1.5) 18	18.4	21 16 3	21 16 3
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類 乳製品類	g g g g g g g g g g g g g g g g g g g	16	18	(1.5)	(1.5) 18	18.4 1.5 19.2 11.4	21 16 3 17 8	21 16 3 17 8
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類 乳製品類 乳類	25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 2	16 21 9 3	18 13 5	(1.5) 21 9 3	(1.5) 18 13 5	18.4 1.5 19.2 11.4 4.2	21 16 3 17 8	21 16 3 17 8
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類 乳製品類 乳類品類 乳類	20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2	21	18	(1.5) 21 9	(1.5) 18 13 5	18.4 1.5 19.2 11.4	21 16 3 17 8 5 27	21 16 3 17 8 5 27
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類 乳製品類 乳類品類 乳類 緑黄色野菜 その他の野菜	25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 25 2	16 21 9 3	18 13 5	(1.5) 21 9 3	(1.5) 18 13 5	18.4 1.5 19.2 11.4 4.2 30	21 16 3 17 8 5 27	21 16 3 17 8 5 27
豆製品類 魚介類 (うち小魚) 小魚類 獣鳥肉類 肉類 卵類 乳製品類 乳類品類 乳類	20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 2	9 3 30 70	18 13 5 30 70	9 3 30 70	(1.5) 18 13 5 30 70	18.4 1.5 19.2 11.4 4.2 30 70	21 16 3 17 8 5 27 75	21 16 3 17 8 5 27 75 35

表7 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

生徒(12~14歳)の場合

所要栄養量	}	中学校生徒の場合						生徒(12~14歳)の場合				
// X/ X =	•	昭和46年4月	B2	四和50年5月]	昭和	60年	昭和	63年	平成7年	平成15年	平成20年
熱量	Cal	850			850							
熱量	kcal	26			36		820 32		820 32	820 32	830 32	
たんぱく質 ()内、それぞれ動物性	g :t-	36					32		32	32	32	+
んぱく質の量	.,,_	(15)			(15)							
たんぱく質 範囲 ※1	g											28 19~35
脂肪	g	24			24							19.~33
脂肪	%						30		25~30	25~30	25~30	25~30
カルシウム		0.5			0.5				30%以下	20 00	20 00	20 00
カルシウム	g mg	0.5			0.5		430		430	430	400	
カルシウム	mg											420
目標値 ※2							4		4	4	4	470
<u>鉄</u> ビタミンA	mg IU	1100			1100		750		880	4	4	4
ビタミンA	μgRE	1								264	190	
ビタミンA	μgRE											210
<u>範囲 ※1</u> ビタミンB1	-	0.7			0.7		0.51		0.51	0.51	0.4	210~630 0.6
ビタミンB2	mg mg	0.8			0.7		0.7		0.7	0.31	0.5	
ビタミンC	mg	22			22		27		27	27	25	33
食物繊維	g							4 151 -	8.2	8.2	8	7.5
ナトリウム(食塩)	g							4g以下 困難な場	易合6g以下	4g以下	3g以下	3g未満
マグネシウム	mg							— ×μ × × × ×			110	140
亜鉛	mg										3	3
たんぱく質の栄養価												
85の場合	g	30			30							
80の場合	g	31			31							
75の場合	g	33		1	33							
学校給食の標準食	品構成表		Α	В	С	パン	米飯	パン	米飯			
パン(小麦粉量)	g	105										
パン(米飯)	g		105	105		0.5		0.5			00	
小麦粉 イースト	g g		105	105 2.1~3.15		85 2.1		85 2.1		34 0.84	30 0.75	
食塩	g		2.1 2.13	2.1** 3.13		1.7		1.7		0.04	0.73	
ショートニング	g		3.15~4.2	3.15~4.2		3		3		1.2	1.1	
砂糖類	g			3.15~4.2		3		3		1.2	1.1	
脱脂粉乳 精白米	g		3.15~4.2	3.15~4.2	130	3	110	3	110	1.2 66	1.1 66	
強化米	g g				0.65		0.33		0.33	0.198	0.2	•
牛乳	g	309										
(スキムミルクの場合①)		(30)										
ミルク 牛乳 スキムミルク	g		309	30	309	206	206	206	206	206	206	206
魚介類、肉類、卵類	g g	50	50		70							
魚介類	g					20	22	20	22	21.2	21	21
(うち小魚)	g							(1.5)	(1.5)	ļ		ļ .
小魚類 獣鳥肉類	g					24	20	24	20	1.5	4	4
肉類	g g					24	20		20	22	19	19
卵類	g					11	15		15	13.4	14	
乳製品	g	3	3	3	4	4	6	4	6			
乳製品類 乳類	g	+								5.2	6	4
九規 大豆、大豆製品	g g	20	20	20	20	20	35	20	35	5.2	,	4
豆類	g										6	
豆製品類	g									29	22	22
いも類 いもおよびでんぷん	g	50	50	50	50	50	50	50	50		<u> </u>	
いもおよひでんぶん 芋及びでんぷん類	g g					50	50	50	50	50	44	44
野菜類③	g	85	85	85	100							
緑黄色野菜	g					35				35	35	
その他の野菜 藻類	g					80 1.5				80 1.8	82 4	
果実類	g g	45	45	45	45	45	45		2 45		-	•
きのこ類	g	1		7.0		7.0					4	
油脂類	g	6	6	12	6	5.5			5.5	5.5	4	
種実類 (スナノミルクの担合の)	g	(4.5)				1.5	2	1.5	2	1.8	3.5	3.5
(スキムミルクの場合②) 砂糖類		(12)	6	6	6	4	4	4	4	4	4	4
び権規 小麦粉、デンプン、食塩、	g	1	- °		- 0	4	4	1 4	+	-		+ 4
その他の調味料	g					8						
小麦粉およびその製品	g						4	8	4	6	9	9

表8 学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成表

夜間高校および盲・ろう学校の場合

所要栄養量	<u>=</u>			夜間課程を置く高等学校および盲・ ろう学校の場合				特別支援学校 の高等部の生 徒の場合			
		昭	和50年5月	1	昭和	60年	昭和	63年	平成7年	平成15年	平成20年
熱量	Cal			900							
熱量	kcal							840	840		
たんぱく質 ()内、それぞれ動物	g			32				29	29	29	
て、/P4、C4じて4に動物 性たんぱく質の量				(13)							
たんぱく質	C.										2
<u> 範囲 ※1</u>	g			0.5							19~3
脂肪	g			25				25~30			
脂肪	%							30%以下	25~30	25~30	25~3
カルシウム	g			0.5							
カルシウム	mg							400	400	350	
カルシウム 目標値 ※2	mg										38 49
<u>日保胆 次2</u> 鉄	mg							4	4	4	
<u> </u>	IU			1300				950		i i	
ビタミンA	μgRE								285	190	
ビタミンA	μgRE										21
範囲 ※1 ビタミンB1		-		0.7				0.53	0.53	0.4	210~63 0.
ビタミンB1 ビタミンB2	mg mg			0.7				0.53	0.53		
ビタミンC	mg			25				27	27	30	
食物繊維	g							8.4	8.4		
	g						4g以下	3.0	4g以下	3g以下	3g未清
/・/ / /							困難なり	易合6g以下	.6% 1		
<u>マクネンワム</u> 亜鉛	mg mg									130	•
.IL ⊅µ	····s										1
1 1 1 1 1 2 1 5 5 5 T										T	
たんぱく質の栄養価											
85の場合	g			26							
80の場合	g			27							
75の場合	g			29						-	-
学校給食の標準食	品構成表	Α	В	С	パン	米飯	パン	米飯			
パン(米飯)											
小麦粉	g	110	110		85		85		34		
イースト	g	2.2~3.3	2.2~3.3		2.1		2.1		0.84	0.75	
食塩 ショートニング	g ~	2.2 3.3~4.4	2.2 3.3~4.4		1.7		1.7		0.7 1.2	0.6 1.1	
フョートーンフ 砂糖類	g g	3.3~4.4	3.3~4.4		3		3		1.2	1.1	
脱脂粉乳	g	3,3~4,4	3.3~4.4		3		3		1.2	1,1	
精白米	g			135		110		110	66	66	6
強化米	g			0.68		0.33		0.33	0.2	0.2	
ミルク 牛乳	g	309		309	206	206	206	206	206	206	20
スキムミルク	g		28	70						-	
<u>魚介類、肉類、卵類</u> 魚介類	g	50	50	70	14	20	20	20	17.6	17	1
<u> </u>	g g				14	20	(1.5)	20	17.0	 	<u> </u>
小魚類	g						/		1.5	4	
獣鳥肉類	g				18	18	18	18			
肉類	g				_			. –	18		
卵類	g		3		8	15	8	15	12.2	8	
乳製品 乳製品類	g g	3	3	4	3	7	3	/		-	1
孔袋	<u>g</u> 								5.4	4	
大豆、大豆製品	g	20	20	20	15	35	15	35	<u> </u>	i i	
豆類	g									6	
豆製品類	g								27	18	1
いも類	g	55	55	55						ļ	-
いもおよびでんぷん <u></u> 芋及びでんぷん類	g				60	55	60	55	57	46	
<u>于及ひでんふん類 </u> 野菜類③	g	90	90	110					5/	40	4
お来想し <u></u> 緑黄色野菜	g g	30	30	110	40	35	40	35	37	35	3
その他の野菜	g				90	90	90	90	90		
 藻類	g				1.5	2	1.5	2	2	4	
果実類	g	45	45	45	55	50	55	50	52		
きのこ類	g									4	
油脂類	g	7	13	7	6	6	6	6	6		
種実類 砂糖類	g	6	6	6	1.5 4	2 5	1.5 4	2 5	1.8 4.6		4
マかに 大口	g ng	D O	Ö	0	12	5	12	5	4.6		

衣头 未食仍安里。总事位以太华以为9	表 9	栄養所要量·	食事摂取基準の沿革
--------------------	-----	--------	-----------

 改訂年度		
716. 112		
昭和15年	日本国民食栄養規準	食糧報国連盟
昭和16年9月、12月	日本人栄養要求量標準	厚生科学研究所国民栄養部
昭和22年4月	日本人1人1日当たり所要摂取量	国民食糧及び栄養対策審議会(内閣)
昭和24年6月	日本人年齢、性別、労作別栄養(熱量及びたんぱく質)摂取基準量	国民食糧及び栄養対策審議会(経済安定本部)
昭和27年5月	微量栄養素摂取基準量	資源調査会食糧部会(経済安定本部)
昭和29年1月	日本人1人1日当り栄養基準量	総理府資源調査会
昭和34年2月	昭和34年改定 日本人の栄養所要量	栄養審議会(厚生省)
昭和38年1月	昭和45年を目途とした栄養基準量及び食糧構成基準	栄養審議会(厚生省)
昭和44年8月	昭和44年改定 日本人の栄養所要量	栄養審議会(厚生省)
昭和50年3月	昭和50年改定 日本人の栄養所要量	栄養審議会(厚生省)
昭和54年8月	昭和54年改定 日本人の栄養所要量	公衆衛生審議会栄養部会(厚生省)
昭和59年8月	第三次改定 日本人の栄養所要量	公衆衛生審議会栄養部会(厚生省)
平成元年10月	第四次改定 日本人の栄養所要量	公衆衛生審議会栄養部会(厚生省)
平成6年3月	第五次改定 日本人の栄養所要量	公衆衛生審議会健康増進栄養部会(厚生省)
平成11年6月	第六次改定 日本人の栄養所要量-食事摂取基準-	公衆衛生審議会健康増進栄養部会(厚生省)
平成16年10月	日本人の食事摂取基準(2005年版)	厚生労働省 日本人の栄養所要量「食事摂取基準」策定検討会
平成21年	日本人の食事摂取基準(2010年版)	厚生労働省 日本人の栄養所要量「食事摂取基準」策定検討会

カルシウム (g) 、ビタミンA (IU) 、ビタミンB₁ (mg) 、ビタミンB₂ (mg) 、ビタミンC (mg) の8種であった。昭和60年から脂肪は (%) の基準となり、鉄 (mg) が新たに加わった。さらに昭和63年から食物繊維やナトリウム (食塩) についての配慮を促している。その後、マグネシウム (mg) や亜鉛 (mg) の摂取量 についての配慮も加わり、ビタミンAの単位について $(\mu g RE)$ に変更されていた。

標準食品構成表は、昭和46年はパンが主食で、主食以外10食品群に分類がなされていた。 魚介類、肉類、卵類は動物性食品で、野菜もまとめて野菜類としての重量であった。また、牛乳と牛乳(スキムミルクの場合)として代替について明記されていた。昭和50年には主食が精白米に強化米を加えた場合のおかずの食品構成が示され、パン食では牛乳の場合とスキムミルクの場合に分けて表示されていた。昭和63年まではパンの場合と米飯の場合に分けて表示されていたが、平成7年からは、パン、米飯をあわせた食品構成表になっていた。平成20年の改訂では、主食以外18食品群に細分化されきめ細かな設定がなされている。

Ⅲ まとめ

昭和46年改訂以降の学校給食の平均所要栄養量および標準食品構成の変遷は以下のとおりであった。

- 1 昭和46年から平成21年までに7回改訂された。
- 2 対象区分は、昭和46年は小学校(2区分)と 中学校の3区分、昭和50年からは幼児と定時制高 校が加わり5区分、昭和60年以降小学校が3区分 となり6区分で示されていた。
- 3 エネルギーおよび栄養素の種類、食品群の 種類は、栄養学の進歩、資料事情を反映して変 化していた。

IV 参考文献

- 1 藤田美明、大谷八峰、大中政治(1985). 特殊栄養学.東京 同文書院 81-82
- 2 沢崎千秋、宮崎叶、有本邦太郎(1976).三訂特殊栄養学.東京 光生館 188-189
- 3 藤田美明、大谷八峰、大中政治(1985).新エスカ21 栄養学各論.東京 同文書院 81-83
- 4 山口規容子、水野清子(2001). 育児にか

かわる人のための小児栄養学. 東京 診断と治療社 145-147

- 5 小林修平編(1996). 栄養士養成シリーズ栄養学各論. 東京 光生館 62-64
- 6 文部科学省スポーツ. 青少年局長通達 (2008). 学校給食管理
- 7 厚生労働省「日本人の食事摂取基準」策定 検討会報告(2009). 日本人の食事摂取基準 〔2010年版〕. 東京 第一出版 XXIX-XXX (平成21年10月30日受付、平成21年11月9日受理)