

2026年4月

事業所名 長谷川乳児保育室

保育所給与目標量（「日本人の食事摂取基準2015年版」平成27年3月31日通達資料より）

1～2歳児

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g	食物繊維 g
食事摂取基準（一日あたり）	925	13～20% 16.5% 38.2	20～30% 25% 25.7	850	425	4.0	375	0.40	0.55	35	3.0未満	5.6
昼食+おやつ比率（45%）	416	17.2	11.6	383	191	1.8	169	0.18	0.25	16	1.3未満	2.5
保育所給食の給与栄養目標	420	17.0	11.5	380	190	1.8	170	0.18	0.25	16	1.3	2.5

* 食事摂取基準の数値は男女の中央値で示した。

* エネルギーは参照体重より算出された推定エネルギー必要量を用いた。

* たんぱく質は16.5%エネルギー比のg換算値、脂質は25%エネルギー比のg換算値

* カリウムは目安量、カルシウム、鉄、ビタミン類は推奨量、食塩相当量は目安量を用いた。

* 乳児の食物繊維については「考慮するのが望ましい」とされているため、幼児の目標量の7割を参考値として用いた。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g	食物繊維 g
今月の給与栄養量	424	17.4	12.7	753	201	2.1	180	0.27	0.34	26	1.3	3.2
達成率	101%	102%	110%	198%	106%	117%	106%	150%	136%	163%	100%	128%

* ビタミンAはレチノール活性当量で算出

栄養士からのコメント

ご入学・進級おめでとうございます。お子さんたちは、環境の変化に期待と不安でわくわく、どきどきされていることでしょうか。4月は馴染みのある食べやすいメニューを多く入れるようにしました。給食は、旬の食材を用いて、和風献立を基本とし、洋風・中華も取り入れるようにしていきます。日々成長していくお子さん達を「食」の面からサポートしていけたら。と思っています。どうぞよろしく願い致します。

担当栄養士