

島田市学校給食栄養摂取基準

基準学年である小学4年及び中学2年の学校給食摂取基準

		小学4年	中学2年
エネルギー	kcal	640	830
たんぱく質	%エネルギー	13～20%	13～20%
脂質	%エネルギー	20～30%	20～30%
ナトリウム	食塩換算g	2 未満	2.5 未満
カルシウム	mg	350	450
マグネシウム	mg	50	120
鉄	mg	3	<u>4.5</u>
ビタミンA	μgRAE	200	300
ビタミンB1	mg	0.4	0.5
ビタミンB2	mg	0.4	0.6
ビタミンC	mg	<u>25</u>	<u>35</u>
食物繊維	g	4.5 以上	7 以上
(亜鉛)	mg	2	3