

児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

区 分	小学校			中学校
	1・2 年生	3・4 年生	5・6 年生	
エネルギー (kcal)	530	650	780	830
たんぱく質 (%)	13～20	13～20	13～20	13～20
脂質 (%)	20～30	20～30	20～30	20～30
ナトリウム(食塩相当量) (g)	1.5 未満	2 未満	2 未満	2.5 未満
カルシウム (mg)	290	350	360	450
マグネシウム (mg)	40	50	70	120
鉄 (mg)	2	3	3.5	4.5
ビタミン A (μ gRE)	160	200	240	300
ビタミン B1 (mg)	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミン B2 (mg)	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミン C (mg)	20	25	30	35
食物繊維 (g)	4 以上	4.5 以上	5 以上	7 以上
亜鉛 (mg)	2	2	2	3