



令和3年4月6日

函館市立戸倉中学校

函館市立旭岡中学校

函館高等支援学校

いよいよ令和3年度の給食が、4月7日から始まります。今年度も安心安全な給食を提供出来るよう日々努力して参ります。本年度もどうかよろしくお願いたします。

## 学校給食実施基準が一部改正されました

図1 変更後の栄養摂取基準量

①文部科学省は、2021年2月12日付で学校給食実施基準を一部改正しました。

前回の改正（H30年）から基準値が増加したのは、鉄、ビタミンC、食物繊維です。

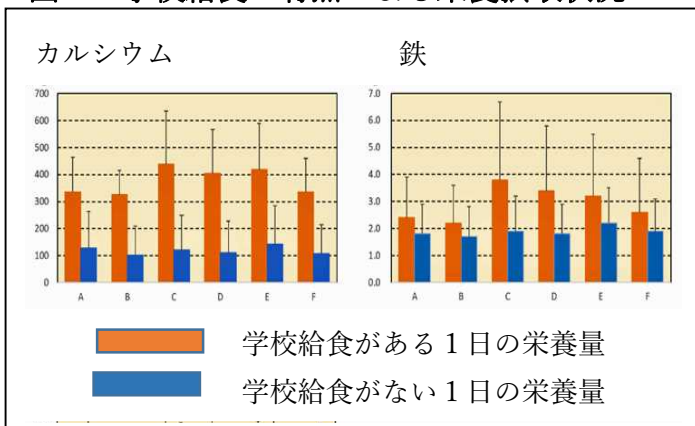
これらの栄養素は、文科省の食事状況調査の結果を食事摂取基準値と照合すると、中学生はカルシウム不足が目立ち、特に女子は鉄の不足率が高い結果となりました。

②図2では、学校給食のある日とない日とで、児童生徒が摂取している栄養量を比較した結果を、カルシウムと鉄について表にしました。

結果は、学校給食のない日の方が適合率が低くなっており、学校給食が児童生徒の栄養改善に寄与していることを裏付ける結果となりました。一方「食塩」では差がほとんどなく、学校給食のみでの対応だけでは限度があり、**家庭での食塩摂取量をより控えるようお勧めします。**

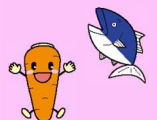
区分	基準値	
	単位	生徒（12~14歳）
エネルギー	kcal	830
たんぱく質	%	摂取エネルギー全体の13~20%
脂質	%	摂取エネルギー全体の20~30%
食塩相当量	g	2.5未満
カルシウム	mg	450
マグネシウム	mg	120
鉄	mg	4→ <b>4.5</b>
ビタミンA	μg RAE	300
ビタミンB1	mg	0.6
ビタミンB2	mg	0.6
ビタミンC	mg	30→ <b>35</b>
食物繊維	g	6.5以上→ <b>7以上</b>

図2 学校給食の有無による栄養摂取状況



### 給食費についてのお願い

期日までに納入を  
お願いします



給食費は、おもに食材の購入にあてられ、子どもたちに安全なおいしい給食を提供するための大切な費用です。保護者のみなさまには、ご理解・ご協力いただきたく、お願い申し上げます。