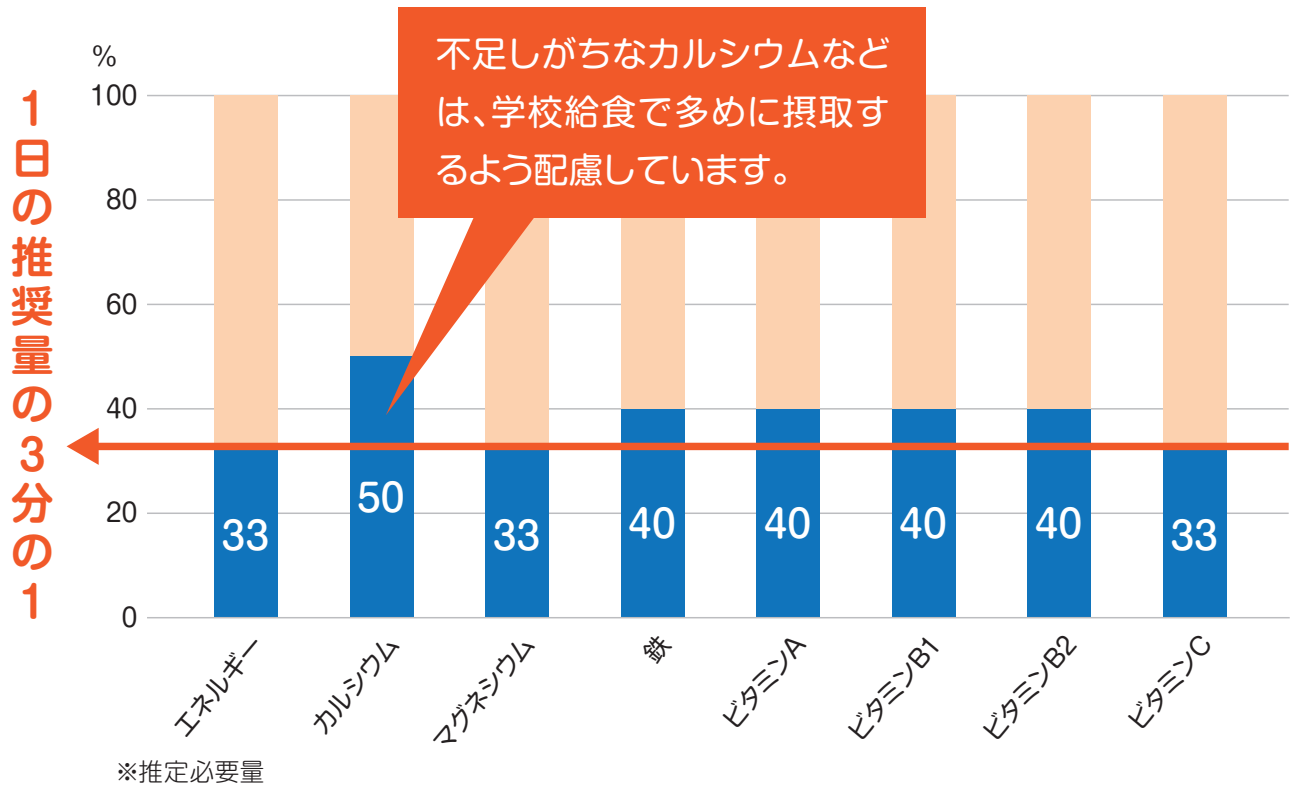


## 学校給食の献立はどのように決められているの？

全国で900万人以上の児童生徒が毎日食べている給食。その献立は、「学校給食摂取基準」に基づき、管理栄養士の資格を持つ栄養教諭等により考えられています。

### 1日の推奨量に対する給食での摂取基準(6~11歳/小学生)



## 学校給食の味付けについて



学校給食のナトリウム(食塩相当量)は、1日の目標量の1/3未満を基準としています。給食を食べると薄味に感じることもありますが、それは濃い味付けに慣れてしまっているからかもしれません。給食では、「だし」を取って食材のうまみを引き出すことにより、ナトリウム(食塩相当量)を抑えるなどの工夫も行っていきます。

### 一人一回当たりの学校給食のナトリウム(食塩相当量)基準の変遷

区分	平成7年度~	平成15年度~	平成20年度~	平成30年度~
小学校(低学年)	4g以下	3g以下	2g未満	2g未満
中学校			3g未満	2.5g未満

※~平成6年度は基準なし