

札幌市学校給食摂取基準

区 分	小学校児童の場合			中学校生徒の場合	高等支援学校生徒の場合
	低学年 6～7歳	中学年 8～9歳	高学年 10～11歳		
エネルギー (kcal)	530	640	760	820	820
たんぱく質 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の13～20%				
脂肪 (%)	学校給食による摂取エネルギー全体の20～30%				
ナトリウム (g) (食塩相当量)	1.5	2	2	2.5	2.5
カルシウム (mg)	290	350	360	450	450
マグネシウム (mg)	40	50	70	120	120
鉄 (mg)	2.5	3.0	4.0	4.5	4.5
ビタミンA (μ gRAE)	160	200	240	300	300
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.4	0.5	0.5	0.5
ビタミンB2 (mg)	0.4	0.4	0.5	0.6	0.6
ビタミンC (mg)	20	25	30	35	35
食物繊維 (g)	4.0以上	4.5以上	5.0以上	7.0以上	7.0以上

(児童生徒1人1回あたり)

(注) 次に掲げるものについてもそれぞれ示した摂取について配慮する。

区 分	小学校児童の場合			中学校生徒の場合	高等支援学校生徒の場合
	低学年 6～7歳	中学年 8～9歳	高学年 10～11歳		
亜鉛 (mg)	2	2	2	3	3

(児童生徒1人1回あたり)