

日本食品標準成分表の改訂及び学校給食摂取基準の改正について

1 日本食品標準成分表の改訂（令和2年（2020年）12月公表）

文部科学省が作成している日常的に摂取する食品の標準的な成分値の公的データ集。

(1) 改訂の特徴

エネルギーの算出方法が変更となり、全食品群のエネルギーが平均約9%減少。

(100g 当たり 9kcal 減少)

(2) 改訂前後の献立比較例

(単位：kcal)

献立名	改訂前	改訂後	差
米粉カレーライス・牛乳・フルーツミックス	654	610	△44
ごはん・牛乳・豚肉とキャベツの炒め煮・鯖の煮つけ	601	576	△25

(3) 改訂前後の食品比較例

(単位：kcal)

食品名	改定前	改定後	差
豚肉 (25g)	40	30	△10
鶏肉 (25g)	29	28	△1
じゃがいも (55g)	42	32	△10
人参 (10g)	4	3	△1
牛乳 (206g)	138	126	△12
精白米 (80g)	285	274	△11

2 学校給食摂取基準の改正（令和3年（2021年）4月1日施行）

文部科学省が策定した児童生徒一人における給食一回当たりの学校給食摂取基準。

児童一人一回当たりの学校給食摂取基準（一部抜粋）

(改正前→改正後)

区分	基準値		
	児童 (6歳～7歳)	児童 (8歳～9歳)	児童 (10歳～11歳)
エネルギー (kcal)	530	650	780
ナトリウム(g) (食塩相当量)	2未満→1.5未満	2未満	2.5未満→2未満