

2. 食事計画の策定

① 給与栄養目標量の設定

i) 推定エネルギー必要量の算出

児童名			4月						
no	クラス	名前	性別	体重	推E	身長	標準体重	肥満度	判定
1	きりん	a	1	19.3	1544	112.3	19.4	-0.6	ふつう
2	きりん	b	2	22.8	1736	111.9	19.4	17.4	太りすぎ
3	きりん	c	1	19.6	1567	114.4	20.1	-2.7	ふつう
4	きりん	d	1	19.8	1583	112.4	19.4	1.8	ふつう
5	きりん	e	1	18.6	1488	114.5	20.2	-7.8	ふつう
6	きりん	f	2	18.9	1441	110.3	18.8	0.3	ふつう
7	きりん	g	1	25.1	2004	118.6	21.7	15.8	太りすぎ
8	きりん	h	2	22.6	1721	110.1	18.8	20.4	やや太りすぎ
9	きりん	i	1	23.2	1859	120.6	22.4	3.4	ふつう
10	きりん	j	1	17.2	1377	107.8	17.8	-3.5	ふつう

推定エネルギー必要量(kcal/日)

= 現体重(kg) × 基礎代謝量(kcal/kg体重/日) × 身体活動レベル + エネルギー蓄積量(kcal/日)

iv) 保育所の給与栄養目標量の設定

1日の中で、**昼食**（1日全体のおおむね1/3が目安）
+ **間食**（1日全体の10～20%程度が目安）
を保育所の給食として提供する。

3歳未満児・・・1日の50%

（昼食30%、午前・午後おやつ20%）



500kcal、タンパク質：20.6g、脂質：13.9g、炭水化物71.9g

3歳以上児・・・1日の45%

（昼食30%、午後おやつ15%）



580kcal、タンパク質：23.9g、脂質：16.1g、炭水化物：83.4g

ii) 推定エネルギー必要量の分布を確認し、エネルギー目標量を設定

1～2歳児、3～5歳児の区分ごとに最小値、
最大値、中央値、最頻値、平均値等を確認する

【3～5歳児】

最小値	918kcal
最大値	2004kcal
中央値	1289kcal
最頻値	1221kcal
平均値	1334kcal



3～5歳児の
エネルギー目標量
1290(1289)kcal

延長保育間食

1日の給与栄養量の5%程度を目安とする。

家庭での夕食に影響がなく、空腹感を抑えられる内容で提供する。

iii) 給与栄養目標量の設定

・エネルギー産生栄養素バランスを設定する

タンパク質【41.9～64.5g】 13以上20未満（16.5）%I補給[※]-
脂 質【28.7～43g】 20以上30未満（25）%I補給[※]-
炭水化物【161.3～209.6g】 50以上65未満（57.5）%I補給[※]-

・その他の栄養素

○ビタミンA、B1、B2、C、カルシウム、鉄は食事摂取
基準の推奨量を目指す。

○食物繊維（3歳以上児）は、目標量を目指す。
3歳未満児は1000kcal当たり7-8gを目標とする。

○食塩は、目標量を超えないように設定する。

② 献立作成

・給与栄養目標量を満たす

（昼食、おやつのI補給[※]-量（平均）を確認する）

- ・乳幼児期にいろいろな食品を体験するという観点から、食品構成を活用する
- ・旬の食材や地産地消
- ・摂食機能や発達を促す食品や調理方法
- ・和食を中心とし、子どもの食体験が広がるもの
- ・行事食や伝統料理
- ・作業管理、衛生管理を考慮
- ・予算

・食物アレルギーを考慮した献立作成

- ①1回の食事で複数のアレルギーが混在しないように留意する。
- ②新規に症状を誘発するリスクの高い食品の使用は控える。
- ③調味料類等は全員が使用できるものを選択する。

4. 食事の評価

①提供した食事の評価

提供した食事の量と質（固さ、大きさ、盛り付け、味、色合い等）について確認する。

②摂取量の評価

- ・子どもたちの食べている様子の観察、おかわりした量や残した量を確認し、実際の摂取量を把握する。
- ・発育状況を定期的に確認し、担任と共有する。

クラス巡回・給食会議

《評価項目》 検食、喫食量調査、嗜好調査
身体状況調査 等

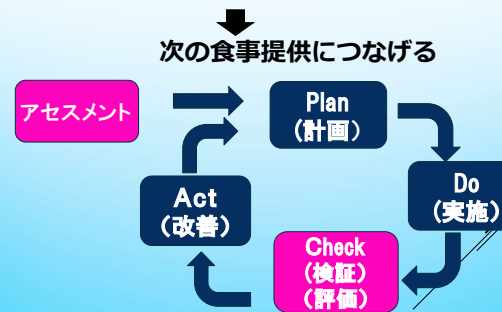
6月予定献立表

献立名	アレルギー対応	アレルギー対応	アレルギー対応
1 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
2 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
3 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
4 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
5 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
6 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
7 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
8 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
9 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
10 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
11 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
12 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
13 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
14 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
15 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
16 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
17 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
18 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
19 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
20 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
21 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
22 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
23 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
24 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
25 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
26 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
27 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
28 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
29 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
30 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
31 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
32 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
33 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
34 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
35 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
36 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
37 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
38 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
39 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
40 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
41 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
42 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
43 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
44 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
45 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
46 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
47 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
48 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
49 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
50 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
51 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
52 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
53 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
54 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
55 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
56 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
57 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
58 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
59 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
60 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
61 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
62 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
63 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
64 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
65 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
66 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
67 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
68 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
69 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
70 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
71 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
72 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
73 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
74 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
75 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
76 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
77 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
78 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
79 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
80 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
81 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
82 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
83 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
84 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
85 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
86 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
87 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
88 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
89 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
90 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
91 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
92 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
93 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
94 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
95 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
96 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
97 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
98 昼食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
99 夕食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応
100 朝食	卵アレルギー対応	小麦アレルギー対応	大豆アレルギー対応

エネルギー
タンパク質
脂質、食塩相当量

5. 食事の改善

評価に基づいて、必要があれば給与栄養目標量の見直しや食事計画の見直しを行う。



3. 食事の提供

- ・献立表を基に適正な調理を行い、盛り付け、配膳を行う。
(前日に調理従事者による打ち合わせを行い、離乳食、アレルギー対応食、全体の調理について確認を行う。)
- ・配膳量はクラス毎に変え、子どもに見合った量を提供。個別対応が必要な子どもについてはパート会や給食会議等で情報を共有しておく。
- ・アレルギー対応食の配膳は複数の職員で確認する。

離乳食・個別配慮食について

体調不良、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人一人の子どもの心身の状態に応じ、嘱託医、かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。
(保育所保育指針より)

集団として捉えながらも、必要に応じて個別に対応する。

●離乳食

- ①実態把握（保護者との面談）を行い、離乳食の進め方の年間計画を作成する。
- ②離乳食を提供し、咀嚼や嚥下、摂食行動等子どもの食べる様子を確認し、子どもの様子にあわせて無理なくすすめていく。
- ③子どもの食べる様子を家庭にも伝え、保護者の悩み等も共有しながら、家庭と連携してすすめていく。

●食物アレルギー

保育所におけるアレルギー対応ガイドライン及び仙台市保育所給食食物アレルギー対応マニュアルに基づいて実施。

- ①生活管理指導表を受理し、実態把握（保護者との面談）を行い、除去食・代替食による食事提供をし、子どもの食べる様子を確認する。
- ②全職員が情報を共有し、誤食防止の体制作りを行う。

離乳食も個別配慮食いずれも摂取量の把握や発育状況を定期的に確認し、次の食事提供につなげる。

保育所における食事提供および 栄養管理に関する考え方

子どもの健やかな発育・発達を目指し、子どもの食事・食生活を支援していく。

食事提供と食育を一体的な取り組みとして行う。一人一人の子どもの発育・発達への対応を行いながら、適切に進める。

P D C A サイクルに基づいて、より質の高い食事提供を保育所全体で連携して行う。