

こんたてひょう

小高中学校

血液や筋肉となつて 体を大きくする		体の調子をよくして 病気になるにくくする		仕事や運動をする 時の力になる		学校給食摂取基準 上段は幼稚園 中段は小学校3・4年生平均値 下段は中学校平均値			
(たんぱく質)	(カルシウム)	(カロテン)	(ビタミンC)	(炭水化物)	(脂質)	エネルギー (kcal)	たんぱく 質(g)	脂質 (g)	塩分 (g)
						510 640 820	18.0 24.0 30.0	17.0 21.3 27.3	2.00 2.50 3.00

