

シート2 食事摂取基準を参考とした給与栄養目標量算出表

令和 年 月 日 () クラス: 班: 担当者:

対象者の年齢: 歳

性別:

身体活動レベル:

その他: 妊婦 (初期 ・ 中期 ・ 後期)、授乳婦、月経 (有 ・ 無)

栄養素	食事摂取基準 (1日当たり)		給与栄養目標量 (1日当たり)		給与栄養目標量 昼食(/)
エネルギー(kcal)	推定エネルギー必要量	kcal	kcal	→	kcal
たんぱく質(g)	推定平均必要量	g	～ g	→	～ g
	推奨量	g			
	目標量(%E)	%E			
脂質(g)	目標量(%E)	%E	～ g	→	～ g
カルシウム(mg)	推定平均必要量	mg	～ mg	→	～ mg
	推奨量	mg			
	耐容上限量	mg			
鉄(mg)	推定平均必要量	mg	～ mg	→	～ mg
	推奨量	mg			
ビタミンA(μ gRAE)	推定平均必要量	μ gRAE	～ μ gRAE	→	～ μ gRAE
	推奨量	μ gRAE			
	耐容上限量	μ gRAE			
ビタミンB1(mg)	推定平均必要量	mg	～ mg	→	～ mg
	推奨量	mg			
ビタミンB2(mg)	推定平均必要量	mg	～ mg	→	～ mg
	推奨量	mg			
ビタミンC(mg)	推定平均必要量	mg	～ mg	→	～ mg
	推奨量	mg			
食物繊維(g)	目標量	g	g	→	g