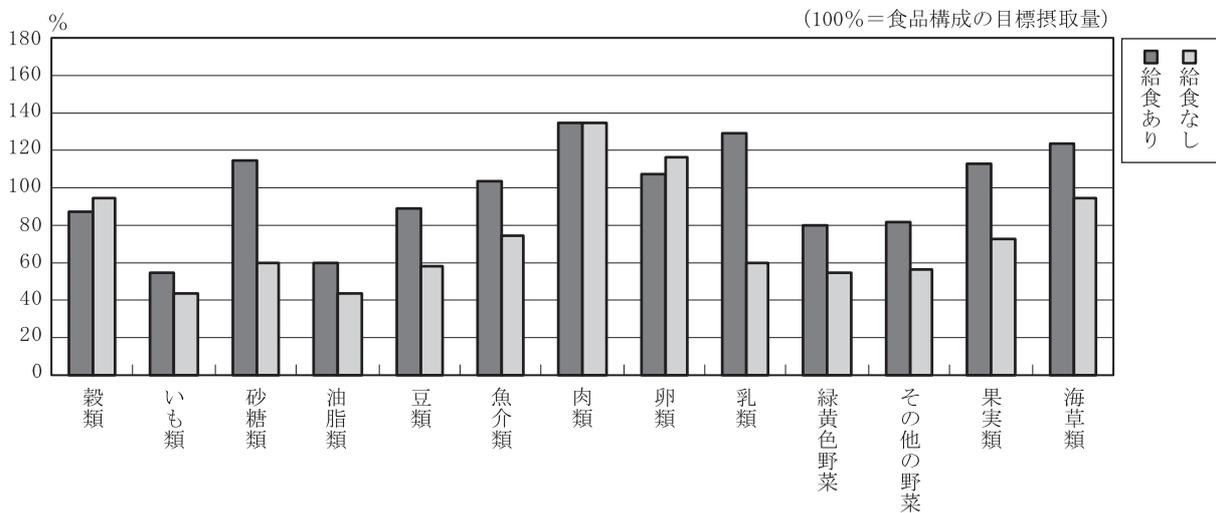


### 3. 食品・料理の摂取状況

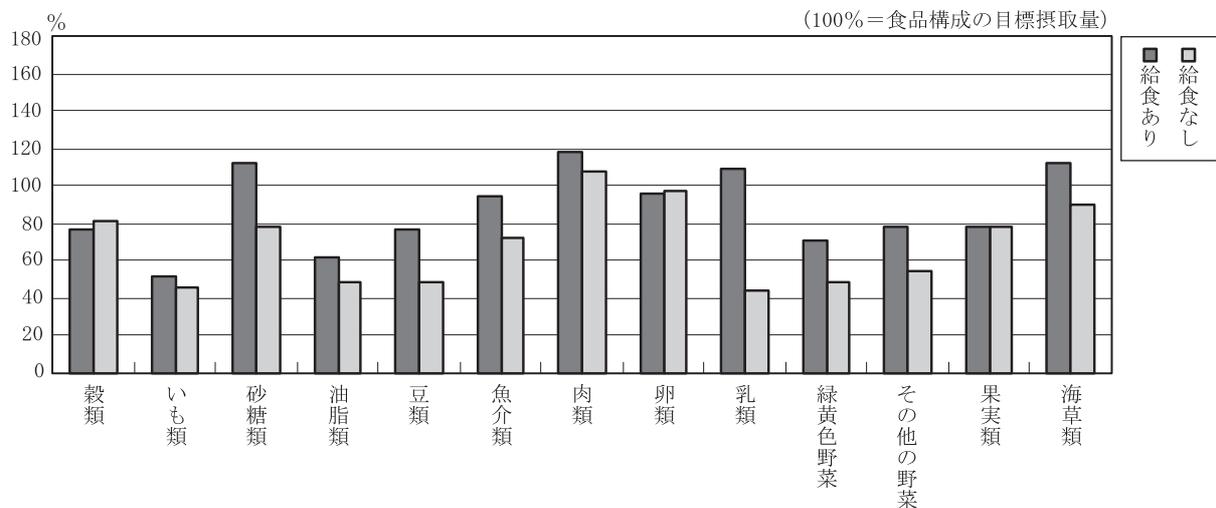
#### 1. 主な食品群の日別充足率

——給食のない日は摂取量不足の食品群が多い——

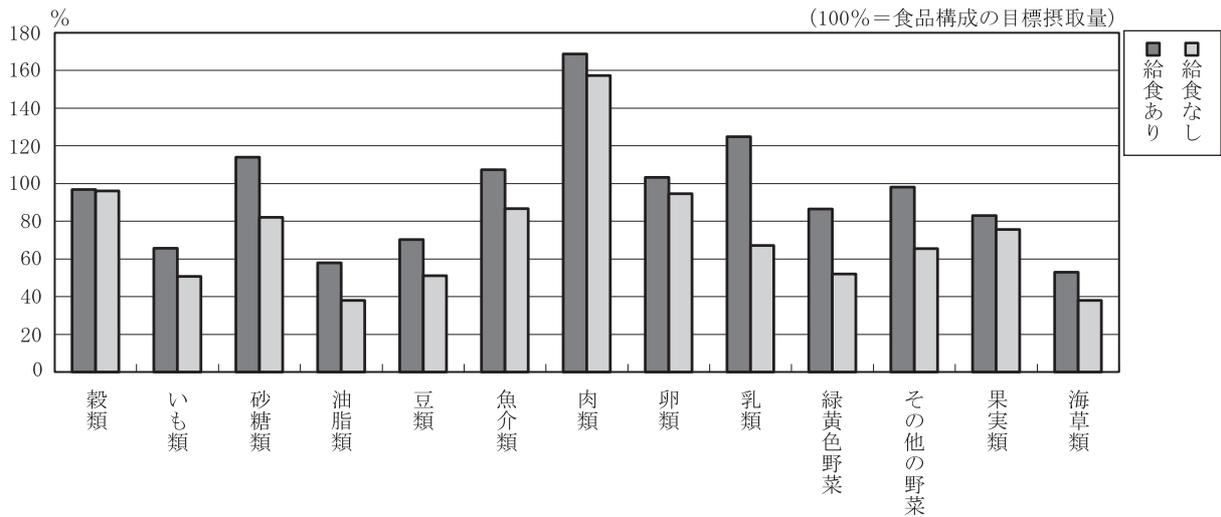
食品群の日別充足率は、日本人の栄養所要量－食事摂取基準－に対応した食品群別摂取目標量(食品構成)を基に算出した。穀類、卵類、果実類以外では小学生、中学生の男女とも給食のある日の方が摂取量が多い傾向にあった。乳類では特に給食のない日の摂取量が少なく、どの群でも40%以上不足していた。充足率に満たない食品群は給食のない日の方が多く見られるが、給食のある日でも見られ、特にいも類、油脂類、豆類、野菜類が不足していた。また、中学生の方が小学生より、沢山食べる食品と食べない食品摂取量のばらつきが大きかった。



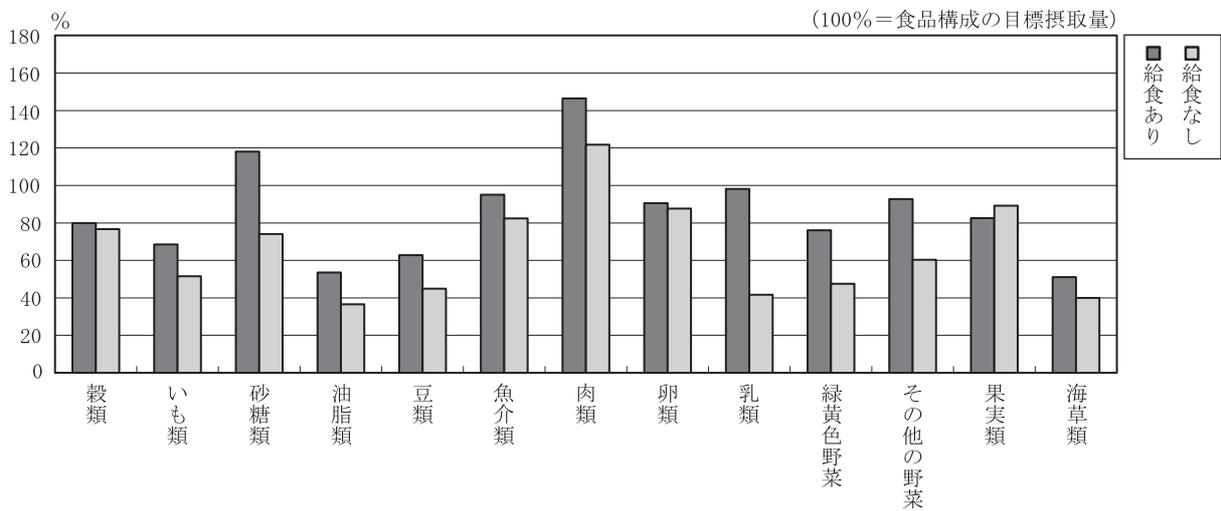
図Ⅱ-12-1 主な食品群の日別充足率 (小学校 男)



図Ⅱ-12-2 主な食品群の日別充足率 (小学校 女)



図Ⅱ-12-3 主な食品群の日別充足率（中学校 男）



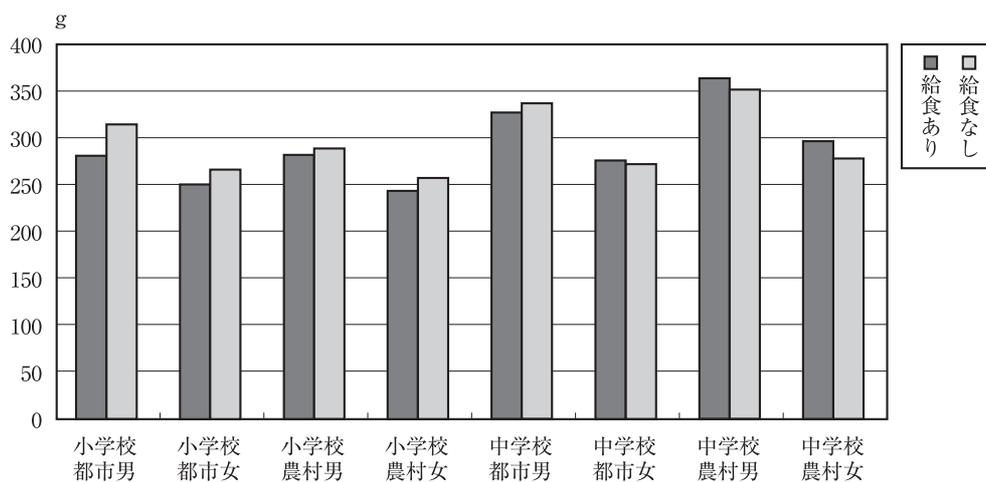
図Ⅱ-12-4 主な食品群の日別充足率（中学校 女）

## 2. 主な食品の日別・学年別・性別・地域別摂取量の比較

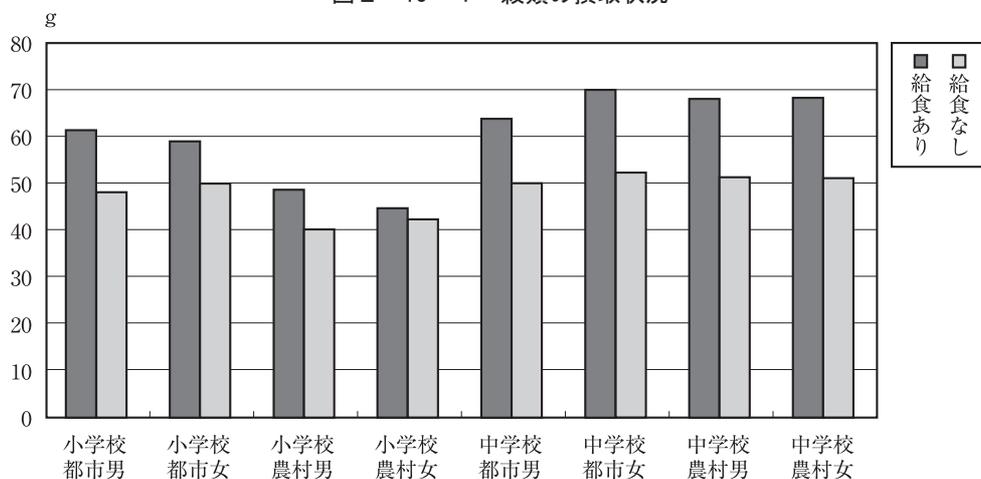
——ほとんどの食品群で給食のある日が給食のない日より摂取量が多いのに対し、菓子類、調理加工食品、嗜好飲料類では逆転していた——

ほとんどの食品群で給食のある日が給食のない日より摂取量が多いのに対し、菓子類、調理加工食品、嗜好飲料類では逆転していた。中学生の方が小学生より、食品群によって摂取量のばらつきが大きい傾向があった。地域差が目立った食品群は、砂糖類、油脂類、種実類及び嗜好飲料類の摂取量であった。

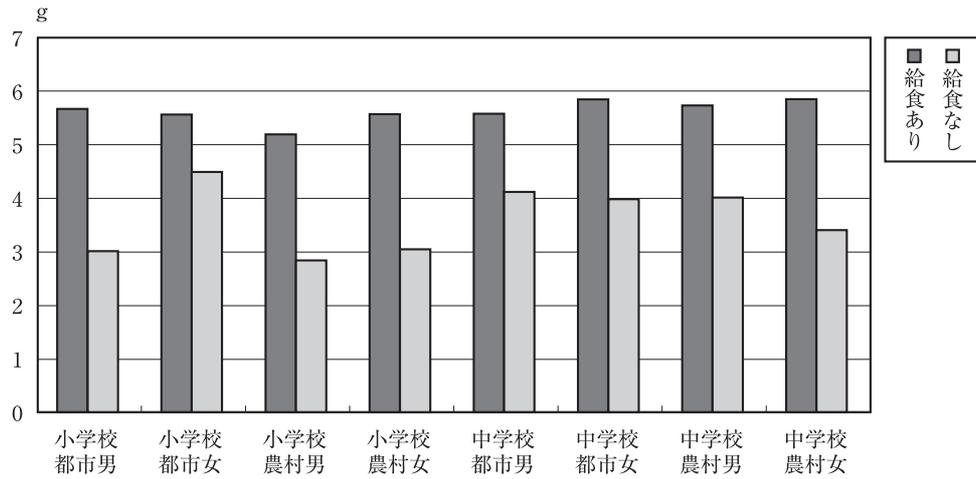
嗜好飲料類・調理加工食品については、すべての群で給食のない日に摂取量が多い傾向が見られた。砂糖類、油脂類については、給食のある日がない日より多かった。ただし、ここでいう砂糖類は料理などに使われた砂糖であって、清涼飲料水、外食などに含まれる砂糖量は含まれておらず、この砂糖量は必ずしも1日の砂糖摂取量を反映するものではない。同様に油脂類も目標量は15gであり、これは食品に含まれる脂質を含まないので、必ずしも実際の脂質摂取量を反映するものではない。



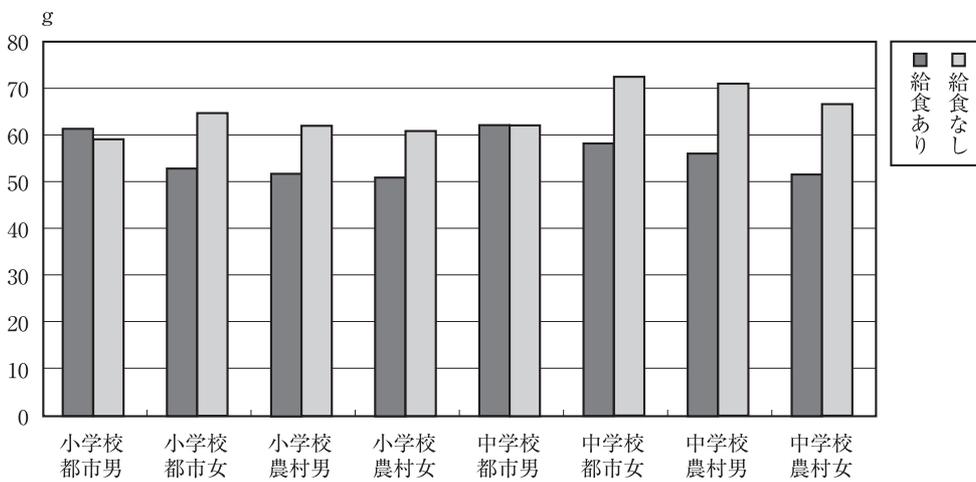
図Ⅱ-13-1 穀類の摂取状況



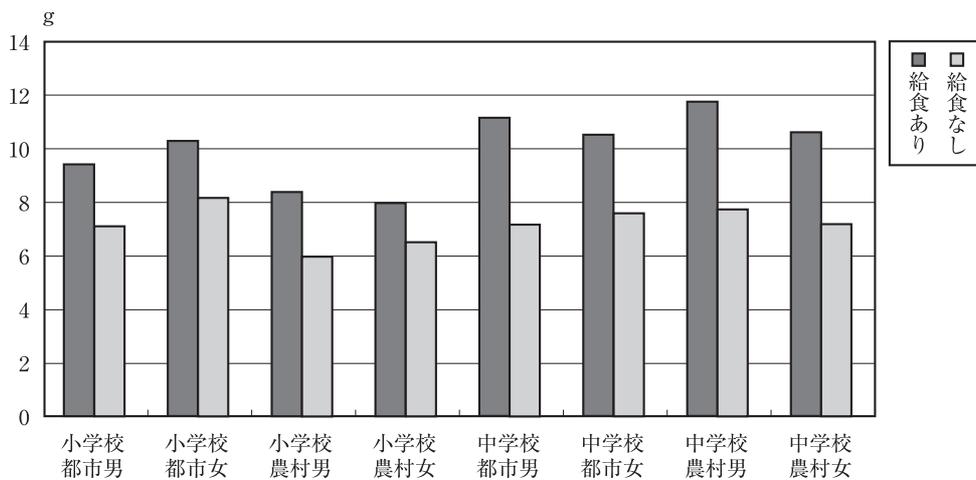
図Ⅱ-13-2 いも類の摂取状況



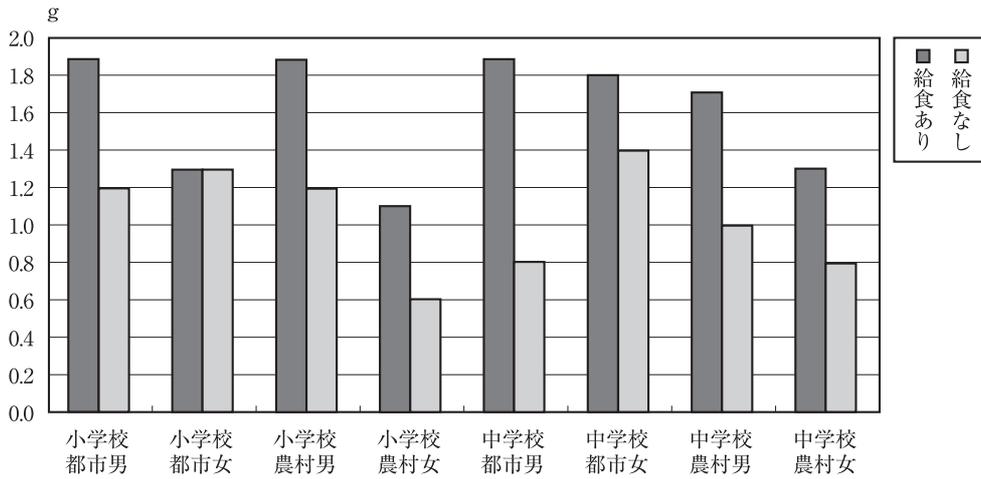
図Ⅱ-13-3 砂糖類の摂取状況



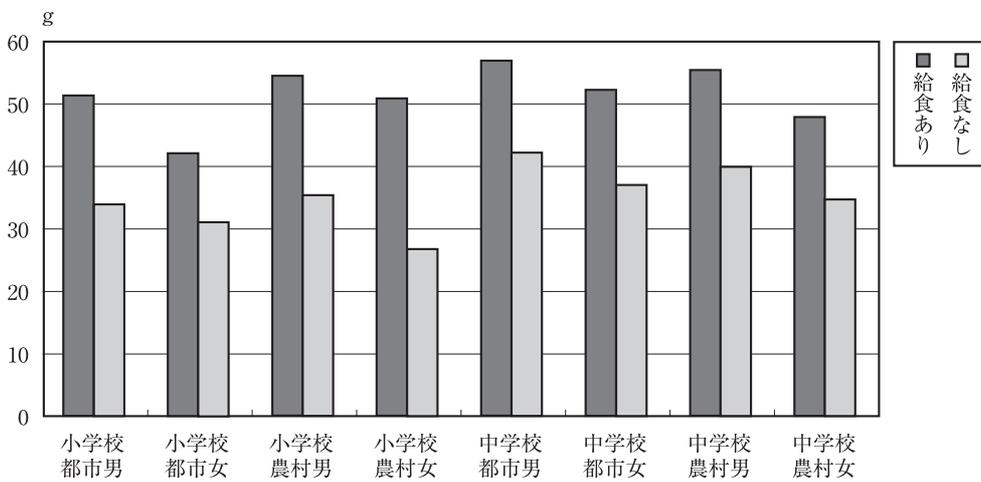
図Ⅱ-13-4 菓子類の摂取状況



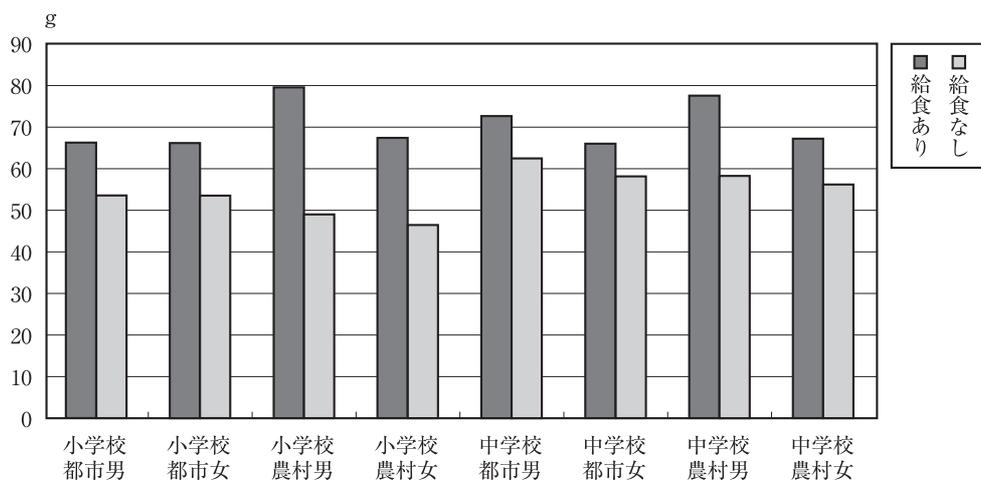
図Ⅱ-13-5 油脂類の摂取状況



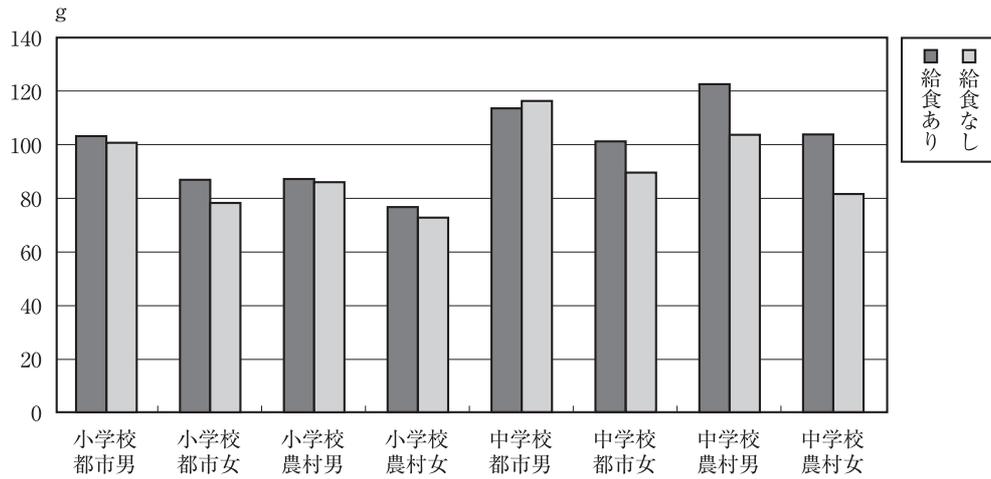
図Ⅱ-13-6 種実類の摂取状況



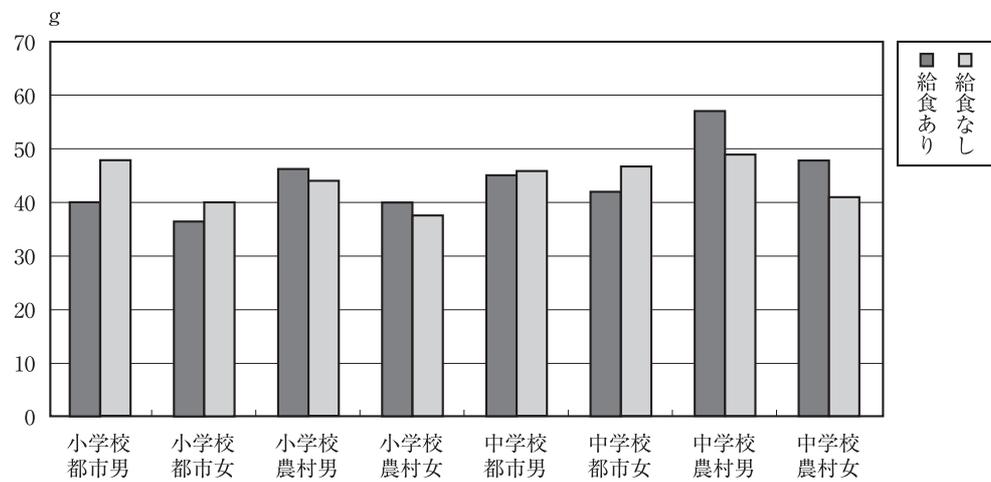
図Ⅱ-13-7 豆類の摂取状況



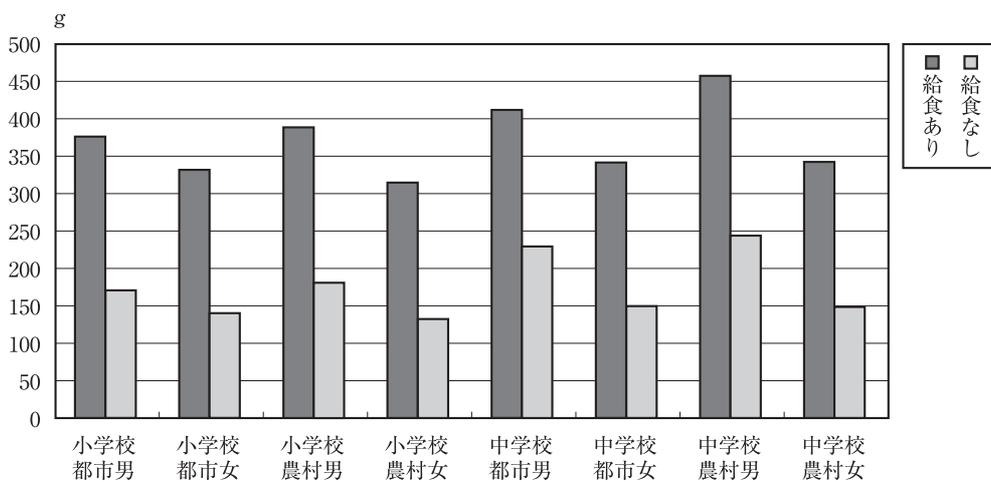
図Ⅱ-13-8 魚介類の摂取状況



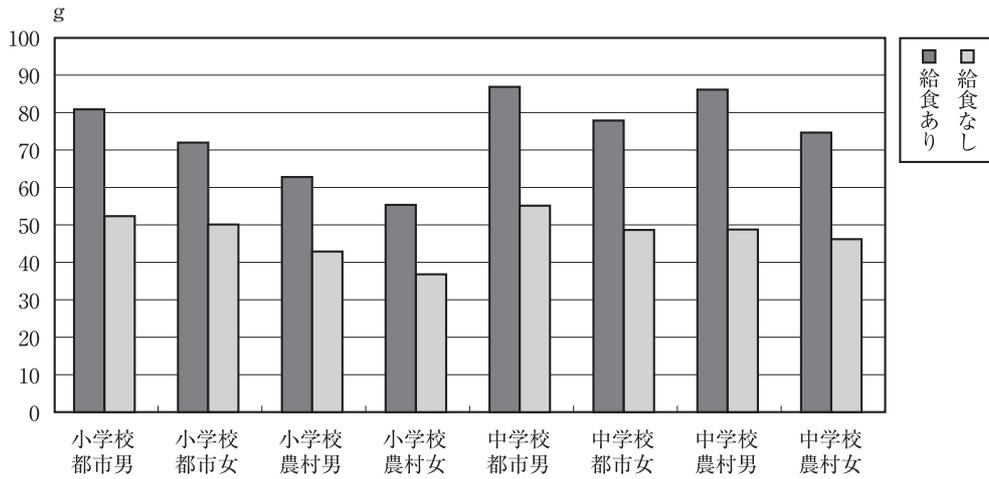
図Ⅱ-13-9 肉類の摂取状況



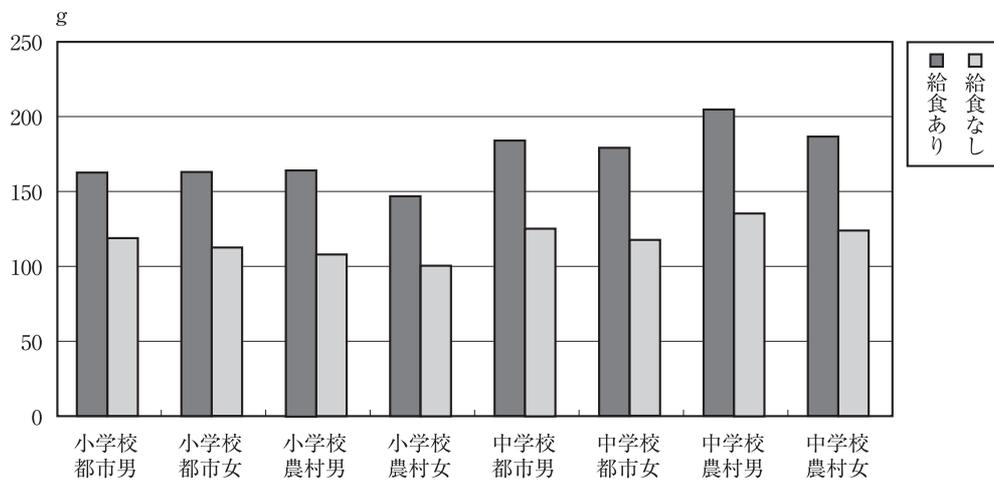
図Ⅱ-13-10 卵類の摂取状況



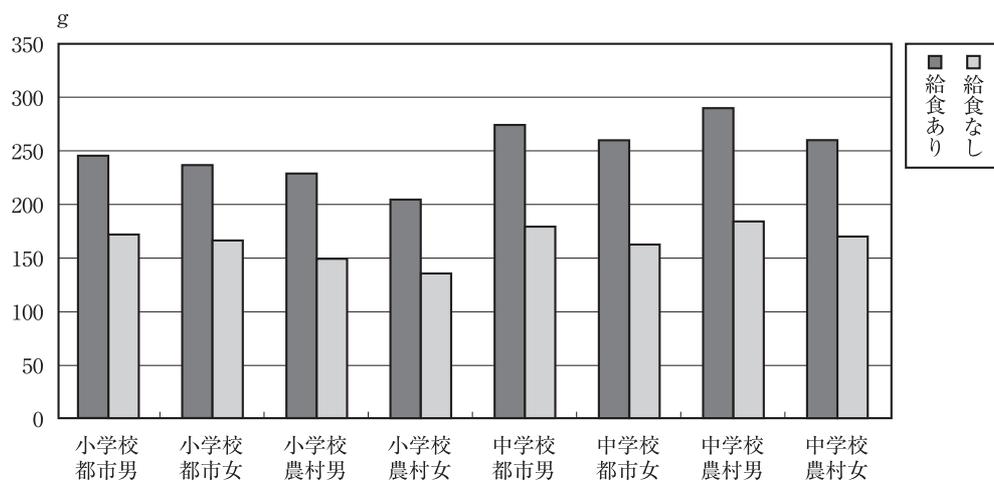
図Ⅱ-13-11 乳類の摂取状況



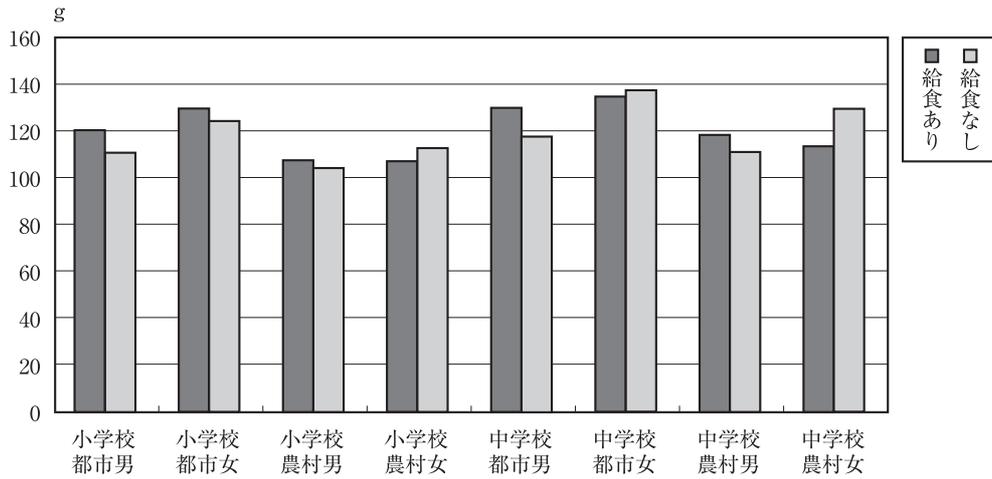
図Ⅱ-13-12 緑黄色野菜の摂取状況



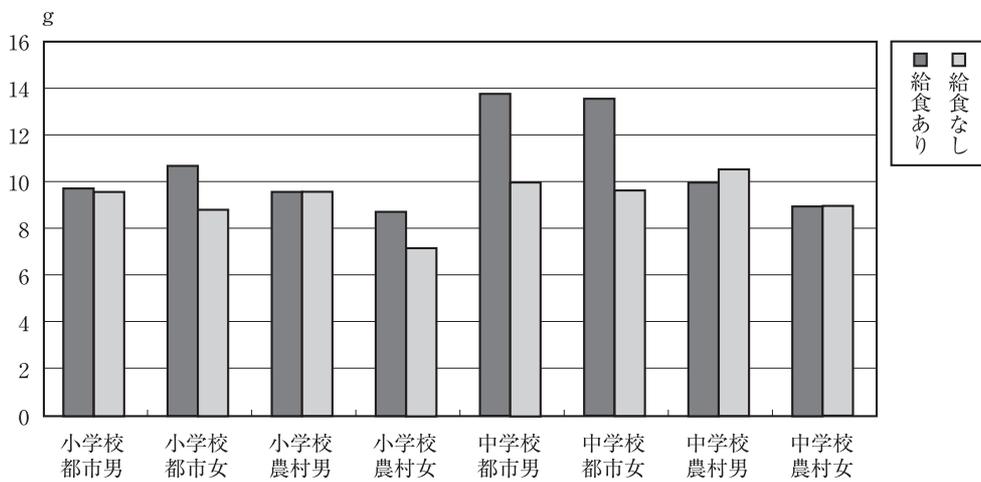
図Ⅱ-13-13 その他の野菜の摂取状況



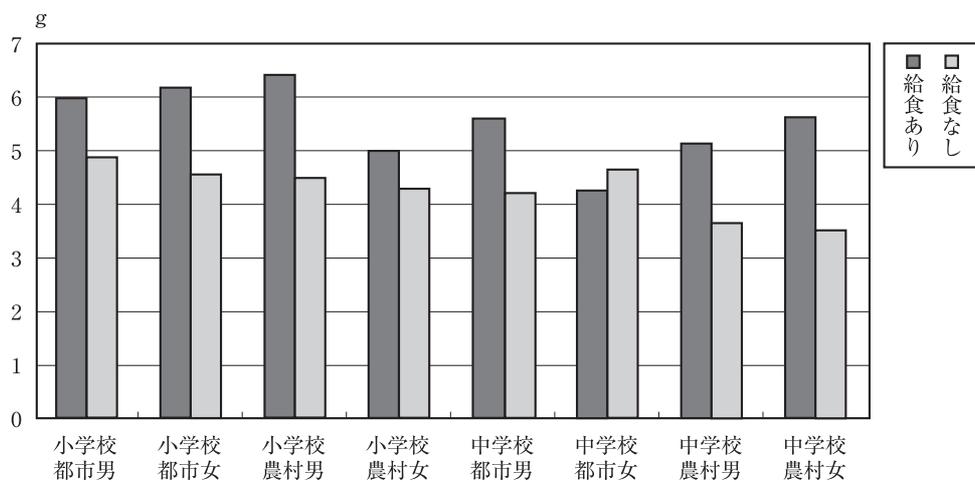
図Ⅱ-13-14 野菜類の摂取状況の合計



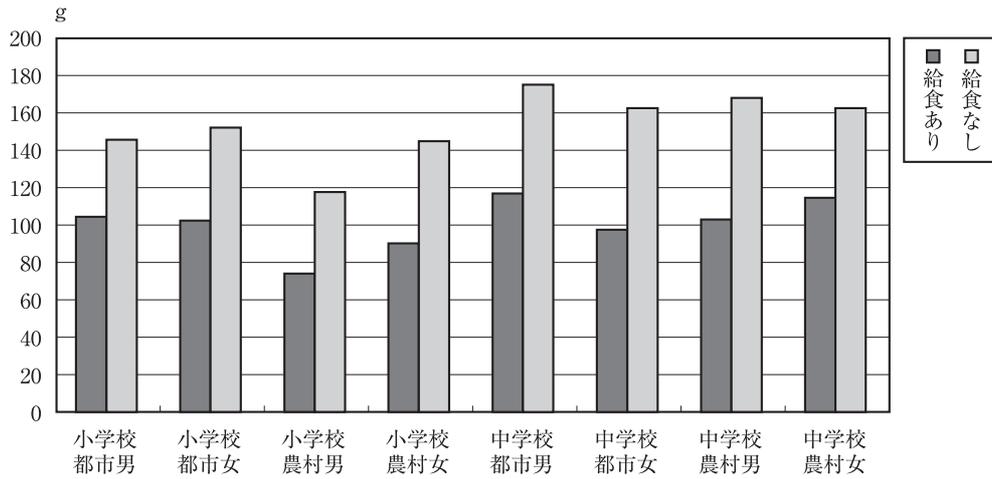
図Ⅱ-13-15 果実類の摂取状況



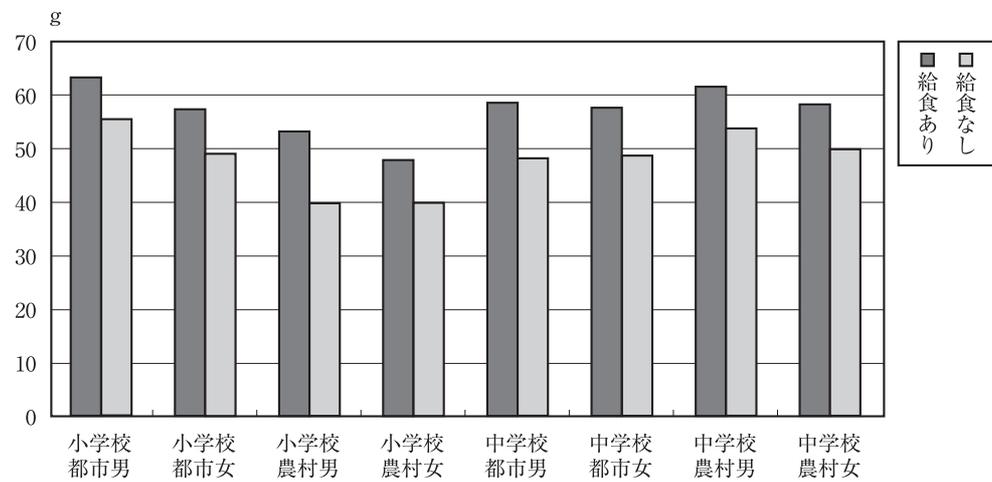
図Ⅱ-13-16 きのこと類の摂取状況



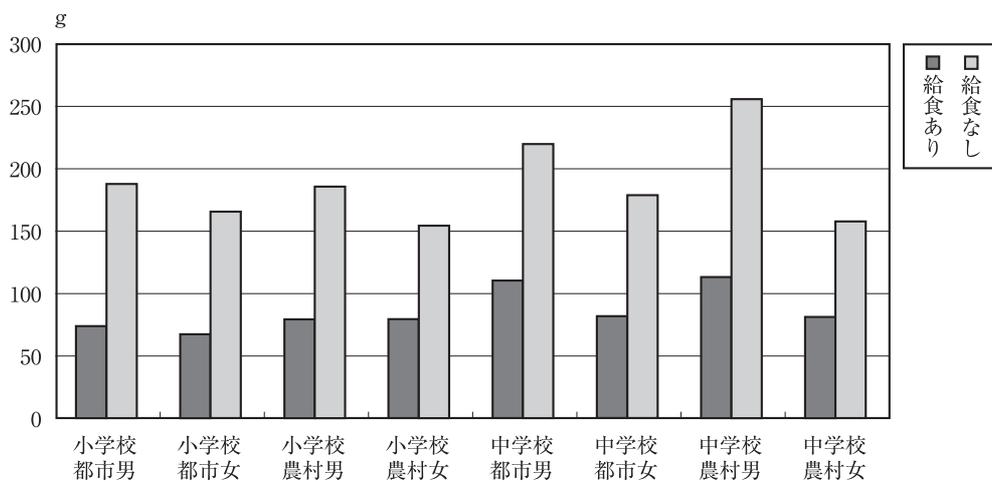
図Ⅱ-13-17 海藻類の摂取状況



図Ⅱ-13-18 嗜好飲料類の摂取状況



図Ⅱ-13-19 調味料及び香辛料の摂取状況



図Ⅱ-13-20 調理加工食品の摂取状況