

平成 22 年度  
児童生徒の食事状況等調査  
報 告 書

独立行政法人日本スポーツ振興センター  
児童生徒の食事状況等調査委員会

# 食事状況調査

## 目 次

### 【食事状況調査】

#### I 調査の概要

1 目的	7
2 調査対象	7
3 調査規模	7
4 選定方法	7
5 調査時期	7
6 調査内容	7
7 調査人員数	9

#### II 調査結果

1. 結果の概要	15
1. エネルギー・栄養素の摂取状況	15
2. 食品群別摂取状況	16
3. 学校給食と学校給食のない日の昼食における栄養素等及び食品群別摂取状況	17
2. エネルギー・栄養素の摂取状況	18
1. エネルギー摂取量	18
2. たんぱく質摂取量	28
3. 脂質摂取量	41
4. カルシウム摂取量	54
5. 鉄摂取量	61
6. ビタミンA摂取量	68
7. ビタミンB <sub>1</sub> 摂取量	75
8. ビタミンB <sub>2</sub> 摂取量	82
9. ビタミンC摂取量	89
10. 食物繊維摂取量	96
11. 食塩摂取量	103
12. マグネシウム摂取量	110
13. 亜鉛摂取量	117
3. 給食におけるエネルギー・栄養素の摂取状況	124
1. エネルギー摂取量の分布	124
2. たんぱく質エネルギー比率の分布	130
3. 脂肪エネルギー比率の分布	133

4. 食品の摂取状況 .....	136
主な食品の学校給食の有無別・学年別・性別摂取量の比較 .....	136
5. 学校給食と学校給食のない日の昼食における栄養素等及び食品群別摂取状況	146
1. 栄養素等摂取量の比較 .....	146
2. 食品群別摂取量の比較 .....	153
6. 料理別摂食割合 .....	161

### Ⅲ 集計表

表Ⅲ 1 .....	171
表Ⅲ 2 .....	172
表Ⅲ 3 .....	190
表Ⅲ 4 .....	199
表Ⅲ 5 .....	217
表Ⅲ 6 .....	220
表Ⅲ 7 .....	229
表Ⅲ 8 .....	230
表Ⅲ 9 .....	231
表Ⅲ 10 .....	232

Ⅳ 調査用紙 .....	247
--------------	-----

### 資料

・児童又は生徒1人1回当たりの学校給食摂取基準 .....	258
-------------------------------	-----