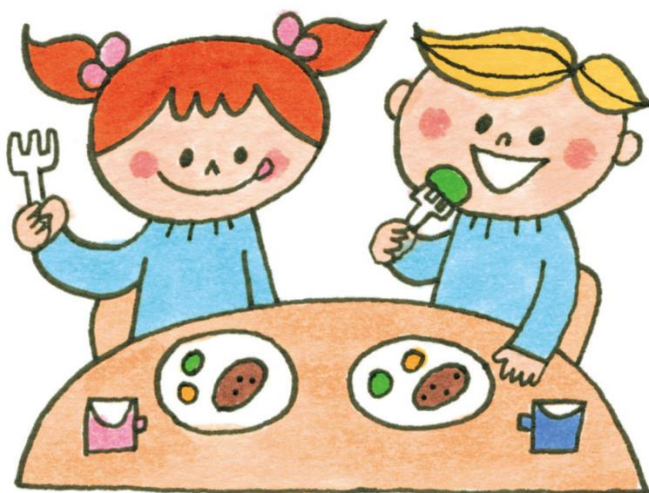


保育施設等の給食の手引き



令和4年6月改定

西宮市こども支援局子育て事業部保育所事業課

目次

I.	給食管理	3
1.	1. 保育所給食の目的	3
2.	2. 給食管理体制	3
(1)	(1) 組織図例	3
3.	3. 職員の配置	4
4.	4. 給食運営会議の開催	4
(1)	(1) 構成メンバー	5
(2)	(2) 開催回数	5
(3)	(3) 協議内容例	5
II.	栄養管理	7
1.	1. 食事計画	7
(1)	(1) アセスメント、計画	9
(2)	(2) 食事計画(献立作成・予定給与栄養量の算出)	14
(3)	(3) 実施	14
(4)	(4) 評価・改善	16
2.	2. 乳児期における栄養管理	16
(1)	(1) 栄養の特徴	16
(2)	(2) 調乳	17
(3)	(3) 離乳食の食事計画	17
3.	3. 1～2歳児食、3～5歳児食	17
(1)	(1) 栄養の特徴	17
(2)	(2) 栄養配分	18
(3)	(3) 調理・盛り付けに対する配慮	18
(4)	(4) おやつについて	18
4.	4. 食物アレルギー	18
III.	食育	19
1.	1. 食育の目標	19
2.	2. 食育計画の作成と評価	19
3.	3. 家庭との連携	19
IV.	衛生安全管理	19
V.	災害時の対応	19
VI.	事務管理	20
1.	1. 給食関係帳簿整理の必要性	20
2.	2. 整備すべき帳簿の種類	20
(1)	(1) 施設における給与栄養目標量及び食品構成表	20
(2)	(2) 献立表(予定献立表及び実施献立表)	20
(3)	(3) 給食日誌	20

(4)	給食内容検討表(給食月報)・栄養出納表	20
(5)	給食日計表	21
(6)	貯蔵食品受払い簿	21
(7)	検食簿	21
(8)	給食物品発注簿・納品伝票	21
(9)	嗜好調査.....	21
(10)	衛生管理チェックリスト.....	21
(11)	給食会議録.....	21
	参考資料	22

1. 給食管理

1. 保育所給食の目的

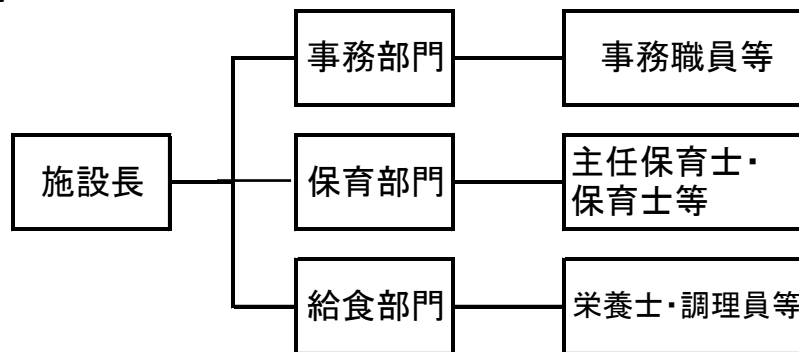
保育給食は、子供達に栄養バランスのとれた食事を提供するばかりでなく、子供達が成長して成人に達したときに、健康的な食生活ができるように「給食を食べる」という体験を通して、望ましい食習慣が身に付くことを目的に実施する。

2. 給食管理体制

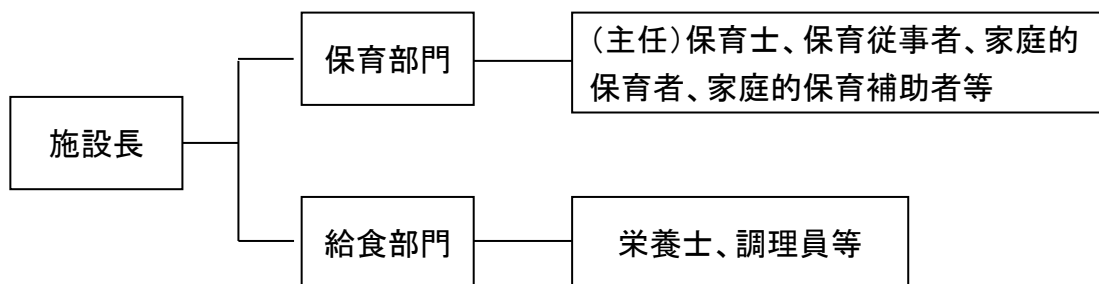
給食を実施するための組織体制は、施設の規模等によって異なるが、円滑な運営を図り、給食業務を適正に実施するためには、施設長の指示のもと、業務内容を明確にし、給食の栄養管理、調理配膳、衛生管理、給食関係事務を行う。さらに保育部門と密接な連携のもと、食育及び栄養指導の強化を図る。

組織図例

(例 1)



(例 2)



給食部門の責任者は、管理栄養士・栄養士等の給食や栄養管理等に関し、専門の知識を有する者があたるべきであるが、栄養士が配置されていない園については、施設長、主任保育士または調理員が責任者となって、全職員が協力できるような体制を整えること。

調理責任者は調理員等(調理師が配置されている場合は調理師)があたり、給食部門の責任者の指導のもと業務を行う。

給食部門責任者の業務	調理責任者の業務内容
<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食会議の開催運営 ・ 給与栄養目標量、食品構成等の算出 ・ 献立の作成及び栄養価の算出 ・ 食品材料の購入計画等 ・ 栄養指導、食育 ・ 給食の効果の検討、評価 ・ 給食関係帳簿の記録、確認、保管 ・ 給食部門の衛生管理および給食従事者の健康管理 ・ 給食施設設備、作業環境等の改善 ・ 管轄保健所等との連絡、連携 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食材の受け入れ、検収、保存食 ・ 調理の準備 ・ 調理(一般調理、特別調理) ・ 盛り付け、配膳 ・ 食器の洗浄、消毒、収納 ・ 残菜の処理 ・ 調理器具、機材の手入れ ・ 給食関係施設内外の環境整備 ・ 衛生管理に関する記録

3. 職員の配置

保育所における職員は児童福祉施設最低基準に定められた職員を配置すること。

健康増進法及び健康増進法施行規則では、継続的に1回100食以上または1日250食以上の食事を供給する施設(特定給食施設という)においては、栄養士または管理栄養士を置くよう努めることと定められ、さらに特定給食施設のうち、1回300食以上または1日750食以上の食事を供給する施設栄養士のうち、少なくとも1人は管理栄養士であるように努めることと定められている。

地域型保育事業所における職員は「西宮市家庭的保育事業等の設備及び運営に関する基準を定める条例」に定められた職員を配置すること。同条例では、家庭的保育事業を行う場所、小規模保育事業A型、小規模保育事業B型および小規模保育事業C型を行う事業所については、調理員を置かなければならないと定められている(ただし、調理業務の全部を委託する場合、又は搬入施設から食事を搬入する場合を除く)。

「児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について」(令和2年3月31日母子発0331第1号)では、児童福祉施設において食事摂取基準を活用する場合は、管理栄養士等による適切な活用を図ることとされており、食育の推進や「日本人の食事摂取基準」に基づく栄養管理を実施するためには、保育所に管理栄養士・栄養士が配置されていることが望ましい。

4. 給食運営会議の開催

施設において、給食業務の円滑な運営を図り給食の目的を達成するためには、施設長をはじめ給食部門の責任者及び関係職員等の参加による給食運営会議又はこれにかわる会議を設けて定期的を開催し、給食に関する内容について協議し、意見の交換や知識、技術の研鑽の場とすることにより、給食運営の向上を図る。

また、会議の記録及び整理を正確に行い、給食運営の向上に積極的に活用する。

(1) 構成メンバー

- ・ 施設長(施設の管理的立場から)
- ・ 主任保育士(保育部門の責任者の立場から)
- ・ 栄養士(給食部門の責任者の立場から)
- ・ 調理員(食事を調理し提供する立場から)
- ・ その他の関係者(看護師、事務職員等)

(2) 開催回数

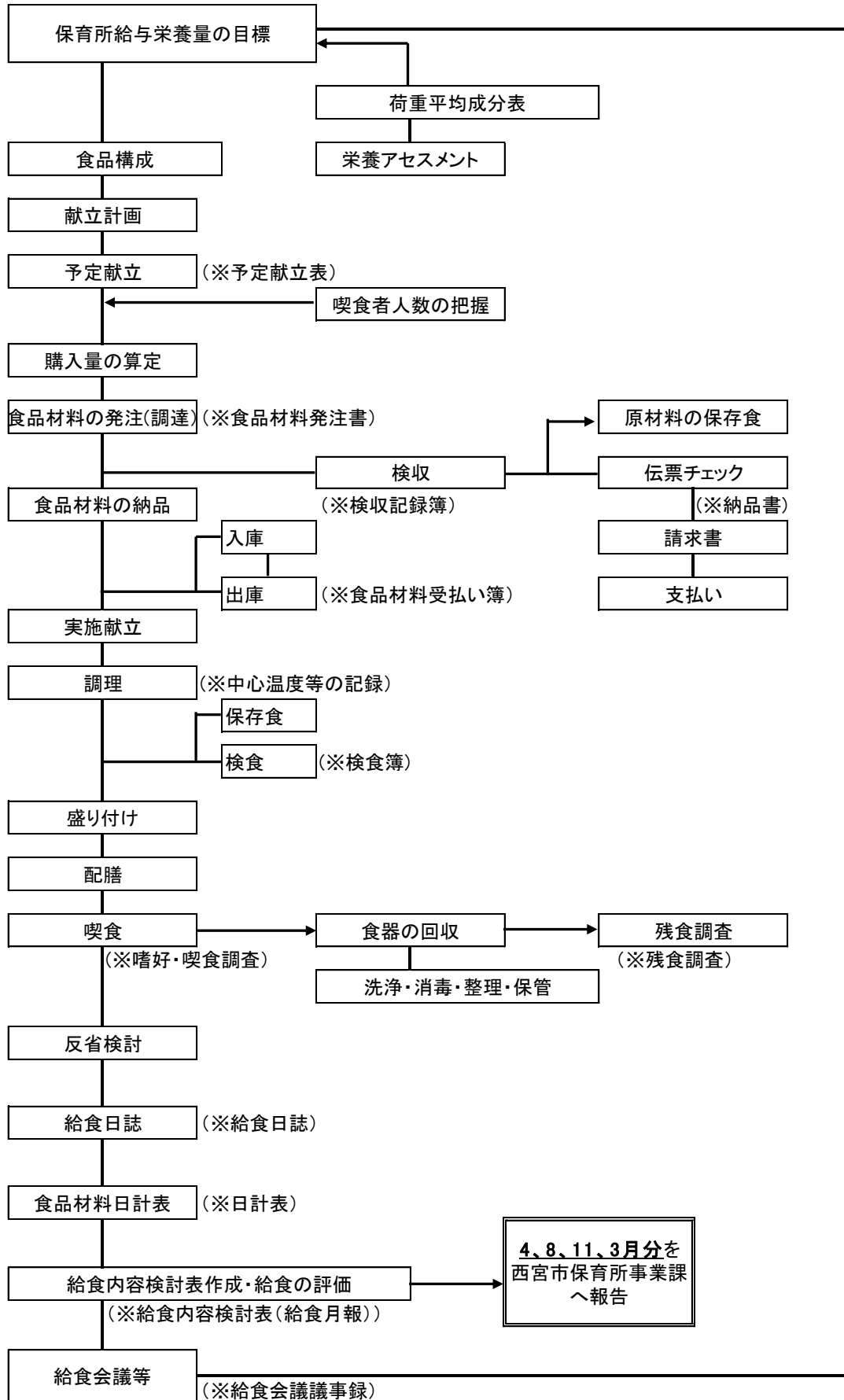
定例として月 1 回開催し、問題のある場合は臨時に開くことが望ましい。

(3) 協議内容例

- ・ 給食計画(年間、月間等)について
- ・ 献立の内容について
- ・ 喫食の状況(残食調査・喫食調査の記録等)について
- ・ 検食簿指摘事項の改善について
- ・ 子供の様子や保護者からの要望・意見について
- ・ 施設・設備の改善について
- ・ 給食の衛生的な取り扱いについて
- ・ 栄養指導、生活習慣指導、食育の実施について
- ・ その他給食運営にかかること

5. 給食業務の流れ

給食業務の運営については、栄養管理、食育計画、衛生管理等給食実施に係る業務を総合的にとらえ管理する。(次ページ表参照)

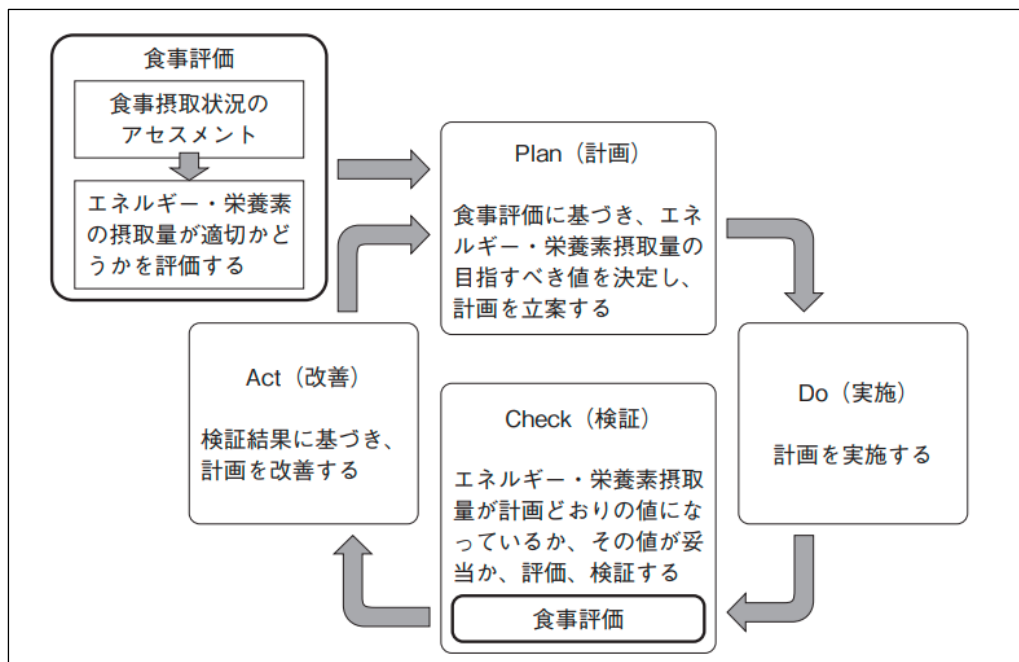


II. 栄養管理

1. 食事計画

児童福祉施設における食事の提供に当たっては、日本人の食事摂取基準(2020年版)に示された栄養学的な考え方や各種の基準値、活用の基礎理論を十分理解するとともに、美味しく食べることの出来る食事を計画することが重要である。食事摂取基準を活用していく場合には、PDCA サイクルに基づく活用を基本とする。まず、食事摂取状況のアセスメントにより、エネルギー・栄養素の摂取量が適切かどうかを評価する。食事評価に基づき、食事改善計画の立案、食事改善を実施し、それらの検証を行う。検証結果を踏まえ、計画や実施の内容を改善する。

食事摂取基準は健康な個人及び集団を対象とし、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の予防を目的とし、エネルギー及び各栄養素の摂取量を示すものである。障害や疾患を有するなど身体状況や生活状況等が個人によって著しく異なる場合には、一律の適用が困難であることから個々人の発育・発達状況、栄養状態、生活状況等に基づき給与栄養量の目標を設定し、食事計画をたてること。



図：日本人の食事摂取基準(2020年版)：厚生労働省 図6 食事摂取基準の活用とPDCA サイクル

(参考)「保育所における食育の計画づくりガイド」より

食事提供に関する計画は、保育所の全職員の連携のもと、各園の食育の目標が達成されるよう、子供がおいしく、楽しい食事とするための計画である。そのためには、園の栄養士等による栄養管理計画を基に、職域を超えた連携を図り、食事提供に関する計画が作成される必要がある。特に、具体的な献立作成に当たっては給食の様々な条件を検討し、子供がおいしく、そして楽しく食べることができるためのシステムを構築し、次のような手順を参考に設定する。



(※) 障害や疾病を有するため身体状況や生活状況等が個人によって著しく異なる場合には、一律の適用が困難であることから、個々人の発育・発達状況、栄養状態、生活状況等に応じた食事計画を立てること。

以上の手順のもと、指導計画に位置づく食事提供に関する計画は「食育」の視点を重視して作成する。その上で、これらの実践過程や、子供の喫食状況の実態などを随時、全職員で評価し、食事そのものの質の改善に努めることが重要である。

(1) アセスメント、計画

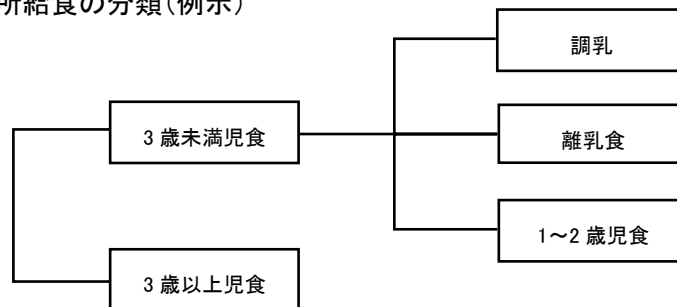
① 対象者の把握

保育所における給食は調乳、離乳食、3歳未満児食(1～2歳児食)、3歳以上児食(3～5歳児食)に分類され、それぞれ対象児に適した調理により、きめ細かい給食を実施する。

身体計測、食事状況調査等から得たデータに基づいて、園児の栄養状況を評価することを「栄養アセスメント」と言う。保育所で行う栄養アセスメントは、次の2つがある。

- ・ 個々にあった給与栄養目標量を算出するために、身長・体重測定を行い、栄養状態をアセスメント(栄養評価)する。
- ・ 給与栄養目標量に基づいて提供した食事が、園児に適したものであるかを定期的にアセスメント(栄養評価)する。

保育所給食の分類(例示)



② 給与栄養目標量の設定

保育所における給与栄養量の目標については、「児童福祉施設における食事の提供に関する援助及び指導について」(令和2年3月31日子発0331第1号・障発0331第8号)及び「児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について」(令和2年3月31日子母発0331第1号)に基づき、施設において望ましい食事のエネルギー量及び栄養素を設定する食事計画を作成する。

給与栄養量の目標は、一定期間ごとに摂取量調査や子供の栄養状態等の状況の把握を行い、定期的に見直すように努めること。給食は昼食とおやつが基本であるが、家庭での食事(朝食、夕食)とあわせて1日の給与栄養量となるため、家庭での食事内容や生活時間、生育歴、病歴及びその他子供の特性についての把握が必要である。食物アレルギーの有無や、障害の有無によって個別の対応が必要なケースが増えている。

(例示)1～2歳児の給与栄養目標量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン			食物繊維 g	食塩相当量 g	
								μgRAE	mg	mg			
1日あたりの給与栄養目標量	950	30.9～47.5	21.2～31.7	119～155	-	450	4.5	400	0.5	0.6	40	7	3未満
昼食+おやつで占める割合(B)%	48%	48%	48%	48%	-	50%	48%	48%	48%	48%	48%	48%	48%
保育園における給与栄養目標量 (C=A×B/100)	456	14.8～22.8	10.1～15.2	57～74	-	225	2.2	192	0.24	0.29	19	3.4	1.4未満

(例示)3～5 歳児の給与栄養目標量

	エネルギー kcal	たんぱく質g	脂質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
								μgRAE	mg	mg	mg		
1日あたりの給与栄養目標量	1300	42.3～65	28.9～43.4	163～212	1000	600	5.5	500	0.7	0.8	50	8	3.5未満
昼食+おやつで占める割合(B)%	42%	42%	42%	42%	42%	45%	42%	42%	42%	42%	42%	42%	42%
保育園における給与栄養目標量 (C=A×B/100)	546	17.8～27.3	12.1～18.2	69～89	420	270	2.3	210	0.29	0.34	21	3.4	1.5未満

(参考)西宮市公立保育所 令和4年5月改定

- 給与栄養目標量の割合
 昼食で1/3、おやつで1日全体の10%～20%を目安とする。
 1～2歳児 48%(カルシウムは不足しやすいため50%)、3～5歳児 42%(カルシウムは不足しやすいため45%)
- 推定エネルギー必要量
 参照体位の体重を基にして算出した推定エネルギー必要量の値を使用する。なお、男女に差はあるが、最大値を参考とする。
- エネルギー産生栄養バランス
 たんぱく質:13～20%エネルギー、脂質:20～30%エネルギー(うち、飽和脂肪酸10%エネルギー以下)、炭水化物:50～65%エネルギー
- ※ 食物繊維(未満児)
 目標量を算定する根拠が乏しく、設定されていないが、少ない摂取量を守るため、1～2歳、3～5歳ともに、7～8g/1000kcalとして目標設定する。

(ア) 食品構成の作成

給与栄養目標量を満たすため、どのような食品をどれだけとればよいのか、献立を作成するときの目安になる。

(R4年5月改訂)

食品類名	赤(身体の血や筋肉のもとになる食品)					緑(調子を整える食品)					黄(エネルギーのもとになる食品)												
	魚介類		肉類		卵類	豆類		乳類		藻類	緑黄色野菜	その他の野菜	果物類	菓子類	いも及びでんぷん類		穀類				砂糖及び甘味料	油脂類	種実類
	生	加工品	生	加工品		豆腐・豆腐製品	大豆・豆製品	牛乳	乳製品						いも類	こんにゃく	米	麺	パン	小麦粉その他の穀類			
1～2歳児 数量g	14	2	14	1.2	7	10	4.5	150	6.3	1.1	32	41	23	13	13	0.7	35	12	6	3.5	3.6	1.9	0.4
3～5歳児 数量g	15	2.4	15	1.5	8	11	5	150	7	1.2	35	45	25	15	14	0.8	40	14	7	4	4	2.2	0.4

(イ) 荷重平均成分表

例として、西宮市公立保育所の荷重平均成分表を示す。(次ページ)

※公立保育所の2021年4月～2022年3月の実績より算出。

食品群別荷重平均成分表(未満児)

2022年5月改定

食品分類		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	Ca mg	鉄 mg	VA μgRAE	VB1 mg	VB2 mg	VC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
魚介類	生	151	20.3	7.0	0.1	26	0.4	1	0.11	0.24	1		0.2
	加工品	103	19.4	1.3	4.0	88	0.9	35	0.06	0.06			1.9
肉類	生	179	18.3	12.2	0.1	5	1.2	9	0.27	0.22	2		0.2
	加工品	303	14.0	27.4	2.3	5	0.5	3	0.48	0.12	30		2.0
卵類		142	12.2	10.2	0.4	46	1.5	210	0.06	0.37			0.4
豆類	豆腐・豆腐製品	99	7.8	7.4	1.8	118	1.6		0.09	0.04		0.9	
	大豆・豆製品	156	12.8	6.6	15.4	101	2.9		0.03	0.07		6.7	5.8
乳類	牛乳	61	3.3	3.8	4.8	110		38	0.04	0.15	1		0.1
	乳製品	113	4.4	5.1	12.7	194	3.0	30	0.03	0.16	1	0.3	0.3
藻類		49	4.1	0.9	14.1	298	5.8	79	0.05	0.13	1	12.2	4.5
緑黄色野菜		30	1.7	0.2	7.3	57	1.0	370	0.08	0.11	35	2.6	
その他の野菜		29	1.2	0.2	7.0	22	0.3	5	0.05	0.04	14	1.9	
果物類		56	0.7	0.1	14.1	11	0.2	7	0.06	0.02	22	0.9	
菓子類		120	1.4	2.8	20.9	15	0.7	38	0.01	0.01	92	0.8	0.1
いも及びでんぷん類	いも類	94	1.5	0.1	25.0	13	0.5	1	0.09	0.03	27	6.2	
	こんにやく	5	0.1		2.3	43	0.4					2.2	
穀類	米	342	6.1	0.9	77.6	5	0.8		0.08	0.02		0.5	
	麺	154	4.7	0.7	31.0	12	0.4		0.04	0.02		1.4	0.2
	パン	310	9.5	7.7	50.3	28	0.6	3	0.11	0.08		1.8	1.1
	小麦粉その他の穀類	358	9.0	3.1	73.7	55	0.7	2	0.11	0.05		2.4	0.5
砂糖及び甘味料		345	0.1		87.6	7	0.2			0.01	1	0.1	
油脂類		845	0.2	95.5	0.4	2		57		0.01			0.4
種実類		611	20.1	55.4	18.0	1096	9.2	1	0.46	0.22		12.4	

※2021年4月～2022年3月実績値(2歳児)

可食部100g

食品群別荷重平均成分表(3歳以上児)

2022年5月改定

食品分類		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	Ca	鉄	VA	VB1	VB2	VC	食物繊維	食塩相当量	カリウム
		kcal	g	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g	mg
魚介類	生	162	20.4	8.1	0.1	23	0.5	1	0.11	0.25	1		0.2	363
	加工品	103	19.3	1.3	4.0	89	0.9	35	0.06	0.06			1.9	198
肉類	生	179	18.3	12.2	0.1	5	1.2	9	0.27	0.22	2		0.2	300
	加工品	307	13.8	28.0	2.3	5	0.5	3	0.48	0.12	31		2.0	218
卵類		142	12.2	10.2	0.4	46	1.5	210	0.06	0.37			0.4	130
豆類	豆腐・豆腐製品	99	7.8	7.4	1.8	118	1.6		0.09	0.04		0.9		133
	大豆・豆製品	156	12.8	6.6	15.4	101	2.9		0.03	0.07		6.7	5.9	369
乳類	牛乳	61	3.3	3.8	4.8	110		38	0.04	0.15	1		0.1	150
	乳製品	114	4.5	5.4	12.7	194	2.9	31	0.03	0.16	1	0.3	0.3	162
藻類		48	4.1	0.9	14.1	295	5.8	76	0.05	0.13	1	12.0	4.5	799
緑黄色野菜		29	1.7	0.2	7.3	58	1.0	371	0.08	0.11	35	2.6		384
その他の野菜		29	1.3	0.2	7.0	22	0.4	5	0.05	0.04	14	1.9		209
果物類		57	0.7	0.1	14.1	11	0.2	7	0.06	0.02	22	1.0		191
菓子類		118	1.8	3.1	20.9	16	0.6	38	0.02	0.02	84	0.7	0.2	72
いも及びでんぷん類	いも類	94	1.5	0.1	25.0	13	0.5	1	0.09	0.03	27	6.2		408
	こんにゃく	5	0.1		2.3	43	0.4					2.2		33
穀類	米	342	6.1	0.9	77.6	5	0.8		0.08	0.02		0.5		88
	麺	159	4.9	0.7	31.0	12	0.4		0.04	0.02		1.5	0.2	54
	パン	315	9.4	8.2	50.3	31	0.6	3	0.05	0.1		1.8	1.1	94
	小麦粉その他の穀類	358	9.0	3.1	73.7	55	0.6	2	0.11	0.05		2.4	0.5	166
砂糖及び甘味料		345	0.1		87.6	8	0.2			0.01	1	0.1		35
油脂類		844	0.2	95.4	0.4	3		57		0.01			0.4	4
種実類		611	20.1	55.3	18.0	1099	9.2	1	0.46	0.22		12.4		422

※2021年4月～2022年3月実績値

可食部100g

(ウ) 食品分類表(例)

食品分類別		食品名(内容及び割合(%)(3歳以上児参照)) (内容割合5%未満については割愛)
魚介類	生	さけ(33)、からすかれい(29)、さば(14)、ぶり(7)、さわら(5)、いわし、たら、すずき、きす、わかさぎ、あじ
	加工品	ツナ缶(37)、かまぼこ(30)、ちくわ(18)、しらす干し(12)、かつお節、かたくちいわし
肉類	生	鶏肉(40)、豚肉(34)、牛肉(26)
	加工品	ベーコン(48)、ハム(29)、ウインナー(20)、ゼラチン
卵類	卵類	鶏卵(100)
豆類	豆腐・豆腐製品	絹ごし豆腐(41)、木綿豆腐(26)、油揚げ(14)、厚揚げ(10)、焼き豆腐(9)、ゆば
	大豆・豆製品	水煮大豆(49)、みそ(38)、おから(12)、きな粉、あずき、納豆
乳類	牛乳	牛乳(100)
	乳製品	ヨーグルト(89)、チーズ(10)、脱脂粉乳
藻類	藻類	もずく(生)、わかめ(乾)、ひじき(乾)、めかぶ(乾)、あおのり
野菜	緑黄色野菜	人参(37)、小松菜(11)、ブロッコリー(11)、ほうれん草(9)、かぼちゃ(8)、チンゲン菜(7)、青ねぎ、しろな、みつば、トマト(缶)、アスパラガス、さやいんげん、スナップえんどう、トマト、パプリカ、ピーマン、水菜、オクラ、さやえんどう、春菊、実えんどう、にら
	その他の野菜	玉ねぎ(42)、キャベツ(12)、大根(8)、きゅうり(7)、白菜(6)、なす、レタス、しめじ、えのきたけ、とうもろこし(缶)、かぶ、とうがん、もやし、れんこん、トウモロコシ、ごぼう、枝豆、グリーンピース(冷)、しいたけ(乾)、なめこ、カリフラワー、しいたけ、マッシュルーム、しょうが、切干大根、エリンギ、そら豆、まいたけ
果物	果物類	バナナ(23)、オレンジ(22)、りんご(13)、みかん(7)、すいか(6)、梨(6)、ぶどう(5)、柿、メロン、いよかん、甘夏、みかん(缶)、いちご、もも(缶)、ジュース類、レモン、パイナップル(缶)
菓子類	菓子類	お菓子(48)、ゼリー(38)、プリン、ドーナツ、クッキー等
芋及びでんぷん	いも類	じゃが芋(73)、さつまいも(21)、片栗粉、長いも、はるさめ
	こんにやく	こんにやく(100)
穀類	米	精白米(99)、ビーフン
	麺	うどん(61)、中華めん(25)、スパゲティ(13)、そうめん、マカロニ
	パン	ロールパン(68)、コッペパン(18)、食パン(14)
	小麦粉その他の穀類	蒸しパンミックス(52)、ホットケーキミックス(20)、薄力粉(18)、パン粉(5)、ふ、コーンスターチ
砂糖・甘味料	砂糖及び甘味料	三温糖(48)、上白糖(35)、ジャム(13)、黒砂糖、粉糖、シロップ
油脂類	油脂類	植物油(79)、バター(11)、ごま油(7)、マヨネーズ
種実類	種実類	ごま(100)
その他	調味料類	しょうゆ、ケチャップ、みりん、酒、ソース、ルー、塩、酢、ブイヨン、りんご酢、鶏がら、酒かす、ココアパウダー、かつお昆布だし
	加工品	えびフライ、冷凍明石焼き

※手作りのおやつについては、材料の分量をそれぞれ該当する食品類に計上。

※加工品については、構成する材料の内容を分量がわかる場合はそれぞれ該当する食品類に計上。

(2) 食事計画(献立作成・予定給与栄養量の算出)

離乳食、1～2 歳児、3 歳以上児、アレルギー食等のそれぞれについて、下記内容等を留意し作成を行う。献立内容・栄養情報等は、予め保護者へ情報提供を行う。

① 給与栄養目標量の確保

給与栄養量はあくまでも献立作成上の目安であり、個々の対象児の給与に際してはその特性を十分配慮し、弾力的に用いる。

② 食品構成の活用

給与栄養目標量を満たすためには、どの食品をどの程度とればよい献立になるかを食品構成に基づいて考える。

③ 作成の期間

一定期間(1ヶ月程度)の予定献立を作成し、計画性のある食事ができるように配慮する。

④ 嗜好の考慮

旬の食材や行事食を取り入れ、おいしくて変化に富んだものにするるとともに年齢・性別・生活活動状態等によっても嗜好が異なるので、嗜好調査等をもとに子供の嗜好を考慮した献立を作成する。

現在の家庭における食事は、動物性食品、砂糖、食塩等の摂りすぎの傾向にあり、主食や野菜類の摂取量が少ない傾向にある。したがって、家庭での子供の食生活を配慮して、献立作成をすることが必要である。一食の食事の中で、主食、主菜、副菜の食材や調理方法の重複はないか、全体の彩りや歯ごたえ、バランス等についても確認する。

⑤ 経費の適正

食費は給与栄養目標量を満たした適正なものでなければならない。予算の中で良質の食品を安価で購入し、1ヶ月平均で予算の範囲に収めるように配慮する。

⑥ 労力・時間の適正

調理は限られた時間内に仕上げなければならないので、調理員の人員や能力、調理器具機材の設備、調理時間等を考慮する。

⑦ 安全性の確保

衛生的で安全な食品の選定を行い、内容のはっきりしないものは極力避けること。(新鮮でないもの、刺激の強いもの、嗜好飲料、興奮性のあるもの、添加物を多く含む食品、消化の悪いもの等)

⑧ 質・量の適正

子供の食事にふさわしい食品の量的確保、質内容の改善、調理方法を考える

⑨ 栄養量の確保

献立の栄養素量等は1ヶ月の平均が給与栄養目標量に達するよう努めること。

(3) 実施

① 食品の購入

予定献立表に基づいた食品材料の発注書を作成し、食材の廃棄量(皮や骨等食べられない部分)を考慮し、検食・保存食を含めて購入する。また、発注書の控えをとっておくこと。

$$\text{発注量} = \text{一人当たりの総使用量} \div (1 - \text{廃棄率}/100) \times \text{給食予定数(検食・保存食含む)}$$

品質、規格等について、細かい指示を業者に与えておくこと。

- ・ 良質で鮮度が良いものを選ぶこと。
- ・ 在庫量を正しく把握し、計画的に購入すること。
- ・ 市場で流通している食材の価格と比較し適正な価格で購入すること。
- ・ 出来るだけ旬のものを選ぶこと。

② 検収

食品業者から、食品材料が納品されたら、納品日時・賞味(消費)期限・品質・数量・包装・品温などを食品材料発注票によりチェックすること。

伝票は業者別に綴じ込み、後日の支払い請求に際して照合するとともに、支払いがスムーズにいくようにしておくこと。

◇検収時に不良品等があった場合

- ・ 現品を返納し、良品を納品させること。
- ・ 配送温度に問題がある場合は施設長等を通じ業者に適温での配送を指導すること。
- ・ 納入価格の訂正等の確認を行うこと。
- ・ 時間内に納入が場合は献立変更の対応になることもある。ただし変更する際には、施設長等の許可を得てから実施し、保護者にも変更内容を伝える。

③ 保管

食材の保管にあたっては、倉庫、戸棚、冷蔵庫等のねずみ、虫の侵入防止、通風換気清掃保持について、十分留意すること。

④ 貯蔵食品受払

給食材料のうち、貯蔵して使用する食品(穀類、調味料、加工保存食品等)を一括購入した場合は、食品別に貯蔵食品受払い簿によって、在庫を明らかにするとともに、毎月の合計を算出し、帳票と在庫品に不等合がないよう適正に食品の管理を行うこと。

調味料や油など 1 回の使用量が少ないものは、びん、本、袋、缶単位で払い出しをしてよい。

⑤ 調理

調理の基本は予定献立表に基づいて調理従事者が栄養面・衛生面に細心の注意を払うとともに、もっともおいしい状態で料理を提供することにある。予定献立は給食が終わると実施献立となるが、予定献立の内容に変更があった場合は必ずその部分を訂正し、実施献立として結果を検討の上、保管すること。

- ・ 献立表に基づいて衛生的に調理を行うこと
- ・ 喫食者の立場に立った調理を行うこと
- ・ 味や仕上がりにばらつきがないように調理の標準化を行うこと
- ・ 調理作業の合理化を行うこと
- ・ ミーティングや給食日誌により、職員の連絡を密にしておくこと。
- ・ 味や仕上がりにばらつきがあった場合は、その都度関係職員で話し合いを実施し、記録をもとに内容の反省と今後の改善を図ること。

⑥ 盛り付け・配膳

- ・ 盛り付けは衛生的かつ安全に、食器の変化、食品の切り方など食欲をそそるよう色彩や形状に配慮がなされていること。また、個人差が大きい時期であることも踏まえ、盛り付け量を調整する。
- ・ 配膳、下膳は保育士等の協力を得て行い、また食事摂取についての観察を行う。
- ・ 子供の喫食率の向上を図るため、食事の温度管理及び食事環境の改善等について配慮する。

⑦ 検食

献立に従って調理されているか、子供の発育・発達状況や嗜好にあっているか、異味・異臭・異物など食品衛生上、問題がないかなどについて確認することを目的とする。食事の提供前に検食を実施・記録し、給食改善に活用すること。

- ・ 検食実施者 施設長、保育士、栄養士、調理員等でローテーションを組み、実施する。
- ・ 検食時間 調理完成後配膳までの間(配膳 15 分前が目安)に実施する。
- ・ 費用 施設負担とする。

(4) 評価・改善

献立は予定通りに実施できたか評価し、今後の改善に活かす。また、子供の栄養状態や、摂食量、残食量等の把握により、給与栄養量の目標の達成度を評価し、そのあとの食事計画の改善に努める。

① 喫食状況の確認

子供の喫食量、残食量調査等から、給食がどの程度喫食されたが把握を行う。子供自身が評価を書くことは難しいため、保育士等が代わりに評価を行う。

② 実施給与栄養目標量の算出

エネルギー・栄養素、食品群別使用量について、給与栄養目標、食品群別目標使用量と比較し、評価を行う。

③ 実施給与栄養量の評価

給食内容検討表(給食月報)や栄養出納表(毎日の献立で給与した栄養量を表にしたもの)を活用し、「日本食品標準成分表」または「給与栄養目標量」と比較するとともに、「食品構成」と比較し、提供した食事の評価を行う。残食がある場合は、残食量についても配慮して評価する。

④ 栄養状態の評価

定期的に子供の身長及び体重を計測し、成長曲線に照らし合わせる等、栄養状態の観察を行い、提供した食事が、入所児童に適したものであったかどうか評価し、必要に応じて給与栄養目標量を見直す。

2. 乳児期における栄養管理

(1) 栄養の特徴

乳児期は生涯のなかで最も成長速度が早く、そのために体重1kg あたりに必要とする栄養

素量等は大人に比べはるかに多い。しかし、消化・吸収機能は未熟であり、その未熟な代謝機能で多くの栄養素を処理するためには、消化・吸収機能の発達段階に応じた消化しやすい状態に調理した食事を与えなければならない。

(2) 調乳

① 調乳室と設備

調乳室は、清潔、能率、衛生、安全性に重点をおいて場所を選定し設計することが望ましい。調乳室の入り口や開口部は外部からのほこり、昆虫等の侵入を防止するために必要な設備(網戸等)を設けること。

② 調乳時の注意事項

調乳にあたっては「乳児用調整粉乳の安全な調乳・保存及び扱いに関するガイドラインについて」(平成 19 年 6 月 4 日厚生労働省食品安全部監視安全課)を参考に、衛生的な取り扱いに配慮する。

(3) 離乳食の食事計画

乳児の食事を扱う保育所では乳児の月齢、発育・発達状況に合わせて乳汁、離乳食を提供する。集団の場合における離乳の進め方は「授乳・離乳の支援ガイド」(平成 31 年 3 月改定厚生労働省)を参考にする。

乳児の給与栄養目標量は、食事摂取基準を参考に、月齢や発達状況・健康状況を考慮しながら乳児の実態に沿って定める。乳児期は発育の個人差が大きいので、家庭での状況等も考慮する。なお、保育士と給食部門が常に連携をとりながら、毎日の喫食状況を把握し、記録しておく。また、乳児期から幼児期前半にかけては咀嚼能力、摂食行動が次第に発達していくので、それに適した調理形態の食事を調整することが必要である。食べる楽しみを体験していくことが出来るよう、1人1人の子供の「食べる力」を育むための支援を進める。

献立については幼児食献立を基本にして提供可能な食品を選択し、それを乳児に食べやすい形・消化しやすい状態に調理して提供することが多い。

3. 1～2歳児食、3～5歳児食

「食事摂取基準」及び「児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について」(令和 2 年 3 月 31 日子母発 0331 第 1 号)を参考に、目標を設定する。

(1) 栄養の特徴

幼児期の身体発育は乳児期について盛んであるが、発育のスピードは次第に鈍り体重より身長の伸びが目立つ時期になることから、体重 1kgあたりのエネルギー摂取量は次第に低下していく。

調理形態も、1～2歳児では離乳期に引続き食物の種類、分量、調理方法は段階的に進める考慮が必要である。

幼児期に入ると、情緒の発達に伴い、盛り付け、色彩等視覚による要素も加わる。また、環境・運動量などの心理的、身体的な影響も受けやすく食欲のむらが非常に目立つ時期である。

幼児期の心理的、身体的特性をよく理解した上で栄養的にバランスのとれた適切な調理法による食事を用意しなければならない。食事指導においても幼児の自主性の芽生えを大切に、強制や放任、甘やかしは食欲不振、偏食の固定化を招くために十分注意した上でよい食習慣の確立を目指したい。

(2) 栄養配分

保育所において昼食など 1 日のうち特定の食事を提供する場合には、対象となる子供の生活状況や栄養摂取状況を把握、評価した上で、1 日全体の食事に占める特定の食事から摂取されることが適当とされる給与栄養量の割合を勘案し、その目標を設定するよう努める。

また、年齢ごとに食べる量に差があるため、給食配分については年齢を考慮した盛り付けの配慮が必要である。

(3) 調理・盛り付けに対する配慮

離乳が完了し、幼児期に入りたての頃は、まだ、食物を十分に咀嚼することが難しいので、材料の切り方、軟らかさなどを配慮することが重要である。

また、味付けは薄味を心がける。幼児は色彩に敏感であり、それによって食欲も左右されやすいので、色の組み合わせを考えた子供に魅力的な盛り付けを心がける。

(4) おやつについて

① おやつの必要性

発育期にある子供は、身体が小さい割に多くのエネルギーや各種栄養素を必要とする。しかし、消化・吸収能力が未熟なために、1 回に摂取できる食事の量に限度があり、3 回の食事では、必要なエネルギーや各種栄養素を満たせない。そのため、食事の一部としておやつを補給する。また、おやつは子供にとって食事とは異なった楽しみであり、休息・気分転換になるものでもある。

② おやつの量

おやつの量は、一日の給与栄養量の 10～20%程度が望ましくとされている。おやつを食べ過ぎたり、不規則な時間に与えたりすると、食事のときに空腹にならず食事が進まないので注意する。

③ おやつの内容

おやつは、子供にとって食事の一部として重要であるので、おやつの選択にあたっては、糖分・塩分・脂肪分の多い菓子類に偏らないようにすること。また、市販品に頼りすぎず、できるだけ 2～3 回/週は手作りおやつを実施する。

4. 食物アレルギー

子供の食物アレルギー等に配慮した食事の提供を行うとともに、食物アレルギーを有する子供

の生活がより一層、安心・安全なものとなるよう誤配及び誤食等の発生予防に努めること。保育所給食での食物アレルギー対応については、「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（2019年改訂版）」（2019年4月厚生労働省）や「保育所における食物アレルギー・アナフィラキシー対応の手引き」（令和2年1月西宮市保育所事業課）を参考に、医師の指示のもと実施する。除去食を実施する場合は事前に関係者が十分に協議し、子供に心理的な負担を与えないように配慮すること。

III. 食育

1. 食育の目標

保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標とする。保育内容の一環として食育を位置づけ、施設長の責任の下、保育士、調理員、栄養士、看護師等の職員が協力し、創意工夫を行いながら食育を推進していくことが求められる。

2. 食育計画の作成と評価

保育所における食育は、「保育所保育指針」、「保育所における食育に関する指針」及び「保育所における食育の計画づくりガイド」を参考に、子供の日々の主体的な生活や遊びの中で食育が展開されていくよう各施設にあった指導計画を作成し実行する。

保育所での食事の提供も食育の一部として食育計画に含める。また、食育計画が柔軟で発展的なものとなるように留意し、各年齢を通じて一貫性のあるものにすることが大切である。

さらに、食育計画を踏まえた保育実践の経過やそこでの子供の姿を記録し、評価を行う。その結果に基づいて取組の内容を改善し、次の計画や実践へとつなげていく。

3. 家庭との連携

保育所と家庭は連携・協力して食育をすすめていく。家庭に対し、保育所での子供の食事の様子や、保育所が食に関してどのように取り組んでいるかを伝えることは、家庭での食育の関心を高めることにつながる。また、家庭からの食に関する相談に応じ、助言・支援を行う。

IV. 衛生安全管理

給食の提供に係る業務が衛生的かつ安全に行われるよう、「大量施設衛生管理マニュアル」に基づく衛生管理を行い、食中毒や感染症の発生防止に努めること。

V. 災害時の対応

災害時の発生に備えて、平常時から食料等を備蓄するとともに、災害時の連絡・協力体制を事前に確認するなど体制を構築しておくよう努める。

VI. 事務管理

1. 給食関係帳簿整理の必要性

帳簿の整理は、給食の円滑な運営と栄養管理の実態が、十分把握されるように行われるものである。記録があまりにも簡単で実態把握が困難であったり、重きを置きすぎ事務に手をとられて、調理がおろそかになつたりしないようにする。

また、帳簿と伝票を一緒にしたものを帳票と呼ぶ。この帳票によって事務の全てが伝達処理、保存される。

給食事務は給食業務を円滑にするための手段であるから、最小の事務量で最大の効果をあげるよう効率的に処理し、帳票類も活用することが大切である。

2. 整備すべき帳簿の種類

基本となる帳簿は必ず備え、効率よく活用することが大切である。また、給食に関する帳簿の保存期間は、後述する一覧の保存期間を参考に保存する。原則、5年間保存しなければならない。

帳簿整理はそれ自体が目的ではなく、提供した食事を栄養的、経済的に検討・評価するための手段である。給食関係帳簿の様式は、必要な項目が備わっていれば形式にこだわる必要はない。帳簿の種類は多いほどよいというわけではないが、基本となる帳簿は必ず備え、効率よく活用することが大切である。

(1) 施設における給与栄養目標量及び食品構成表

入所児童の給与栄養量の目標を設定する。また、給与栄養量の目標に基づき、食品構成を作成する。

(2) 献立表(予定献立表及び実施献立表)

献立表は給食を行う際に最も基本となる書類であり、給食の計画表として給食担当者が立案、作成するものである。献立計画は通常1ヶ月単位に作成し施設長の承認を得る。承認を得た献立表にそつて調理担当者は食事を調整する。

(3) 給食日誌

給食日誌は、当日の食数、調理状況、残食状況など給食部門での1日の状況を記録するものである。単独の帳票として作成する方法もあるが、他の帳票と兼ねても良い。

(4) 給食内容検討表(給食月報)・栄養出納表

給食内容検討表には、毎日の実施献立表において使用した食品群別の使用量、食材費等を記載する。作成した給食内容検討表は、基準と比較し実施した献立の食品のバランス、比率、栄養素量を検討するために使用する。これにより、実施した献立表の状況を把握し、適正な給食が実施されるよう努める必要がある。

(5) 給食日計表

毎日の購入及び使用食品名、数量、金額等を明確にし、かつ、1日の総材料が確認できるように記録する。※給食システムで日計表に相当する帳票を出力している場合は省略可。

(6) 貯蔵食品受払い簿

食品材料の受払管理を的確に行うために、品目ごとに欄を設けて受払の都度記録し、日々の使用量の及び残高をはっきりさせる。貯蔵品の計画的な使用、材料発注の際の参考にする。毎日消費することが前提である、生鮮食料品は、毎日の献立表と納品書から、購入量、使用量がつかめるので、省略しても差し支えない。

(7) 検食簿

給食における事故を未然に防ぐため、子供への配膳前に1人分の給食を食し、子供への給食として適切かどうかを、嗜好、味覚面、盛り付け、衛生面(温度管理等)などあらゆる角度から確認する。評価、検食時間、点検事項等を記録する。

(8) 給食物品発注簿・納品伝票

献立表に基づき、必要材料をとりまとめて業者ごとに給食物品発注簿に記載し発注する。食材業者から食材が納品されたら、証拠となる納品伝票について、数量、単価、金額を確認し、受け取り者が確認印を押印する。伝票は業者ごとに綴り、業者から後日、支払い請求を受けた際に照合し、支払いができるよう整理する。

(9) 嗜好調査

献立内容が作成者の好みに偏らないよう、嗜好調査(喫食状況調査)を随時行い、結果に基づき子供の嗜好を生かした給食内容に改善することが大切である。また、結果は帳簿に綴じ込み整理する。

(10) 衛生管理チェックリスト

給食施設における食中毒を予防するために、厚生労働省が示した「大量調理施設衛生管理マニュアル」に基づき、調理過程における点検項目に従って点検を行い、適否をチェックして記録する。

(11) 給食会議録

給食会議の資料及び議事録など、帳簿につづりこみ、給食内容の改善等に活用する。

(12) 給食用スキムミルク受払い台帳

公益財団法人児童育成協会より児童福祉施設に配分されている脱脂粉乳は、「関税暫定措置法」による免税品であるので、指定された受払い台帳を備え、管理の適正をはかる。台帳は同協会がスキムミルクの利用施設に配布する。

	基本となる帳簿の名称	保存期間
1	集団給食(給食供給)開始届	永久
2	施設における給与栄養目標量及び食品構成表	5年
3	献立表(予定献立表及び実施献立表)	5年
4	給食日誌	5年
5	給食内容検討表(給食月報) (※4月、8月、11月、3月分を翌月20日までに西宮市保育所事業課給食担当に提出のこと)	5年
6	給食日計表	5年
7	貯蔵食品受払い簿	5年
8	検食簿	5年
9	栄養出納表	5年
10	給食物品発注簿	5年
11	納品伝票	5年
12	水質検査証明書	5年
13	検便実施記録簿	5年
14	食育指導記録簿	5年
15	残食調査	5年
16	嗜好調査	5年
17	害虫駆除実施記録	5年
18	清掃記録	5年
19	衛生管理チェックリスト	5年
20	検収記録簿	5年
21	給食会議録	5年
22	給食用スキムミルク受払い台帳 (※公益財団法人児童育成協会よりスキムミルクの利用施設に配布されているもの)	5年
23	委託契約書(委託の場合)	5年

参考資料

- ・ 社会福祉施設等における衛生管理の徹底について
- ・ 乳児用調整粉乳の安全な調乳、保存及び取扱いに関するガイドラインについて
- ・ 児童福祉施設における食事の提供に関する援助及び指導について
- ・ 児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について
- ・ 日本人の食事摂取基準(2020年版)
- ・ 食育推進基本計画
- ・ 食生活指針
- ・ 保育所における食事の提供ガイドライン
- ・ 大量調理施設衛生管理マニュアル
- ・ 食育基本法・食育基本計画
- ・ 保育所における食育の計画づくりガイド
- ・ 保育所保育指針・保育所保育指針解説
- ・ 授乳・離乳の支援ガイド
- ・ 児童福祉施設における食事の提供ガイド
- ・ 保育所における食事の提供ガイドライン
- ・ 特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援等について
- ・ 保育所におけるアレルギー対応ガイドライン
- ・ 保育所における感染症対策ガイドライン

(西宮市保育所事業課)

- ・ 保育所給食衛生管理の基本事項
- ・ 授乳・離乳の進め方
- ・ 保育所における食物アレルギー・アナフィラキシー対応の手引き