

事 務 連 絡
平成 3 0 年 1 1 月 2 2 日

各区市町村保育主管課 御中

東京都福祉保健局少子社会対策部保育支援課

認証保育所における献立業務について（通知）

平素より東京都の保育行政について、御理解と御協力を賜り御礼申し上げます。

さて、標記の件については、東京都認証保育所事業実施要綱（以下、「要綱」という。）、東京都認証保育所事業実施細目（以下、「細目」という。）、東京都認証保育所指導監督基準（以下、「指導監督基準」という。）等により定めているところですが、今般、認証保育所における適正な献立業務に資するよう、「認証保育所における献立業務について」（別添）を作成いたしました。

給与栄養量の目標設定及び献立作成上の留意点など、指導監督基準等に規定される内容も含まれておりますので、御確認ください。

各区市町村におかれましては、管内の認証保育所への周知方よろしく願いいたします。

（問合せ先）

東京都福祉保健局少子社会対策部
保育支援課 認証保育所担当
電話：03－5320－4212

認証保育所における献立業務について

1 給与栄養量の目標設定について

子供の性、年齢、栄養状態、生活状況等を把握・評価し、提供することが適当な給与栄養量（エネルギー及び栄養素の量）の目標を設定するよう努めること（0歳児、1・2歳児、3～5歳児）。（指導監督基準 保育内容編2（2）ア、エ）

少なくとも「エネルギー（kcal）」の量については、給与栄養量の目標を設定すること。

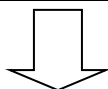
【参考：設定方法】

- （1）日本人の食事摂取基準（2015年版）（厚生労働省）を基本に設定する。
- （2）園で提供する給食の給与栄養量の目標については、昼食を1日全体の概ね1／3を目安とし、おやつを発育・発達状況に応じて1日全体の10～20％程度の量を目安として設定する。
- （3）区市町村の保育所所管課に相談して、区市町村が作成した認可保育園の目標量を活用する。

2 献立表の作成について

（1）献立表作成の流れ

給与栄養量の目標設定（少なくともエネルギーについて設定）



バランスの良い献立、給与栄養量の目標量を満たす献立の作成（予定献立）

（2）献立表の形式

2週間以上の献立を作成する必要がある。（細目8（6）、指導監督基準 保育内容編2（2）イ）

主な形式は以下を参考にする。

【作成例】

ア サイクルメニュー（2週間単位）（別紙1及び別紙2）

2週間単位でメニューを作り、サイクルさせる献立。食べ慣れない献立も、繰り返し食べることによって慣れてくる。1回目に味付けや調理法が不評でも、2回目は工夫することで子供が食べることもある。また、2回目は発注量の調節がしやすい。

イ ワンサイクルメニュー（1か月単位の献立を毎月作成）

1か月間常に異なるメニューで給食を提供する。毎日新しいメニューになるため、変化がつけられる。

(3) 献立表に表示が必要な事項（指導監督基準 保育内容編2（2）イ）

ア 給与栄養量

イ 素材等

(4) 献立内容の決定

ア 「3つの食品群（主食は、黄色（エネルギーのもとになるもの）、主菜、牛乳・乳製品は、赤色（体をつくるもとになるもの）、副菜・果物は、緑色（体の調子をととのえるもの）」を参考に食材を組み合わせる。

イ 昼食

（ア）主食を決める。

米類・小麦類（パン、うどん、スパゲッティ等）いずれか一品

（イ）主菜を決める。

魚介類・肉類・卵・豆製品類・乳・乳製品等たんぱく質を多く含む食材を主材料に料理を考える。

（ウ）副菜を決める。

野菜類・海藻類・乾物類などを主菜に合わせて考える。

（エ）汁物を決める。

（例）洋風料理の場合の汁物

和風料理の場合の汁物

副菜に野菜が少ない場合は具だくさんの汁物

ウ おやつ（昼食のバランスを考える。）

（例）昼食がごはん主体の場合…ホットケーキ・蒸しパン

昼食が麺・パン主体の場合…おにぎり・いも類など

昼食が和風の場合はおやつは洋風にする。

※おやつは子どもたちの嗜好大切にしながらも、お腹の持ちが良いものであるということ、また、甘いものやお菓子に偏らないことも大切である。

エ 午前おやつ

1・2歳児について必要である。（胃の容量が小さく、一度に取りきれない栄養素を補う必要があるため。）

(5) 献立作成上の留意点（指導監督基準 保育内容編2（2）ウ）

ア 献立は季節感や地域性等を考慮しているか

イ 品質が良く、幅広い種類の食品を取り入れているか。

ウ 年齢、発達を意識し、咀嚼を促す料理を取り入れているか。

※離乳食は、単に乳幼児食を細かく刻んだだけのものではなく、使用できる食材や調理法が異なる場合もあるので、乳幼児食とは別の献立が必要になる。

エ 子どもの食に関する嗜好や体験が広がりかつ深まるような多様な料理の組み合わせに配慮しているか。

(6) 献立の給与栄養量の算出方法

- ア 日本食品標準成分表で各種食品の100g当たりのエネルギー(kcal)が定められているので、使用する食品について確認する。
- イ 使用する1人分の1回の分量を掛け合わせることで、エネルギー(kcal)を算出する。
- ウ 食品ごとのエネルギー(kcal)を合計し、献立全体のエネルギー(kcal)を算出する。
- エ 給与栄養量の目標を満たしているかを確認する。

【計算例】豆腐、豚挽き肉、たまねぎを用いた1食品の例

	100g当たりの エネルギー	1g当たりの エネルギー	1人当たりの 実際の使用量	1人当たりの エネルギー(※)
豆腐	72kcal	0.72kcal	30g	22kcal
豚挽き肉	221kcal	2.21kcal	15g	33kcal
たまねぎ	37kcal	0.37kcal	10g	4kcal
計				59kcal

※小数点以下 四捨五入

(7) 実施献立

実施献立とは、実際に提供された食事の内容を記録するものである。**献立の内容に変更があった場合その内容を記録すること。**(細目6(2)エ、指導監督基準 保育内容編2(2)) 具体的には、喫食状況・アレルギー児の状況・出席人数等を記載する。

実施献立を別に作成していない場合は、予定献立に喫食状況及びアレルギー児の状況、出席人数等の訂正箇所を赤ペンなどで修正し、実施献立と兼ねることとする。

(8) 責任者の関与

献立表の作成に当たっては、予定献立及び実施献立に責任者の関与が必要である。(指導監督基準 保育内容編2(2)) また、関与している記録として確認押印欄等を設ける。

3 家庭配布用の献立について

家庭配布用の献立において表示が必要な事項

- (1) 給与栄養目標量
- (2) 給与栄養量
- (3) 献立名
- (4) 素材

【参考例】 ○月予定献立表(離乳食)

別紙1

3回食(9～11ヶ月食)(※注)

〇〇〇〇〇〇保育園

日	曜日	午前食	午後食	材料名			栄養価 (エネルギー) 3回食(9～11ヶ月食)
				エネルギー源	たんぱく質源	ビタミン・ミネラル源	
1 ・ 15	月	トーストパン シチュー 温野菜 ミルク	しらす入りおじや くだもの ミルク	ロールパン 小麦粉 バター	鶏挽肉 牛乳 しらす干し	にんじん トマト たまねぎ きゃべつ	385kcal
2 ・ 16	火	五倍かゆ スープ じゃがいもと挽肉の煮物 ミルク	ふわふわすいとん くだもの ミルク	米 じゃがいも 片栗粉 小麦粉 サラダ油	豆腐 豚挽肉 卵 わかめ きな粉 鶏挽肉	長葱 玉葱 人参 ブロッコリー さやいんげん くだもの	366kcal
3 ・ 17	水	五倍かゆ みそ汁 煮魚 煮浸し ミルク	さつまいもとりんごの 重ね煮 くだもの ミルク	米 さつまいも 砂糖 バター	魚	ほうれん草 しめじ 人参 りんご くだもの	350kcal
4 ・ 18	木	5倍かゆ スープ 里芋のあんかけ煮 ミルク	チーズトースト スープ くだもの ミルク	米 食パン 里芋	鶏挽肉 ピザ用チーズ しらす干し	人参 大根 小松菜 くだもの	348kcal
5 ・ 19	金	5倍かゆ みそ汁 白身魚のあんかけ ミルク	ご飯のおやき スープ くだもの ミルク	米 片栗粉	白身魚	人参 大根 ほうれん草 くだもの	345kcal
6 ・ 20	土	煮込みうどん ブロッコリーのおか かあえ	茶巾絞り スープ くだもの ミルク	乾麺 さつまいも 砂糖	豚挽肉 削り節	玉葱 人参 ブロッコリー くだもの	350kcal
8 ・ 22	月	5倍がゆ 澄まし汁 キャベツと挽肉のくず 煮	あんかけうどん くだもの ミルク	米 乾麺 片栗粉	豚挽肉	玉葱 キャベツ トマト くだもの	376kcal
9 ・ 23	火	トーストパン じゃがいものおやき 煮浸し ミルク	おじや くだもの ミルク	食パン 米 じゃがいも 小麦粉	豚挽肉 卵 鶏挽肉	かぶ 人参 きゃべつ 玉葱	355kcal
10 ・ 24	水	5倍かゆ みそ汁 ツナ入り卵焼き 煮浸し ミルク	ホットケーキ スープ くだもの ミルク	米 小麦粉 麩 砂糖	ツナ缶 卵 わかめ	大根 玉葱 長葱 きゃべつ 人参	370kcal
11 ・ 25	木	5倍かゆ みそ汁 煮魚 白菜と青菜の胡麻煮	スープスパゲッ ティー くだもの ミルク	米 スパゲッ ティー 胡麻	ぶり 豚挽肉	白菜 小松菜 玉葱 人参	358kcal
12 ・ 26	金	5倍がゆ スープ クリーム煮	トーストパン スープ くだもの ミルク	米 バター 食パン じゃがいも	豚挽肉 牛乳 豆腐	ブロッコリー カリフラワー 人参 玉葱	380kcal
13 ・ 27	土	みそ煮込みうどん	やわらかチャーハン スープ くだもの ミルク	乾麺 米	豚挽肉	玉葱 人参 小松菜	344kcal

給与栄養目標量(エネルギー) 3回食(9～11ヶ月食)	当月平均給与栄養量(エネルギー) 3回食(9～11ヶ月食)
〇〇〇Kcal	〇〇〇Kcal

(※注)

・1回食(5、6ヶ月食)についてはミルクを主体とし、食事はおかゆ等のエネルギー源となる食材から始め、様子をみながら、上記献立の「ビタミン・ミネラル源」、「たんぱく質源」を徐々に進めていきます。

・2回食(7、8ヶ月食)については、食事とミルクを半分程度の割合を目安に提供し、様子をみながら上記献立の「たんぱく質源」を徐々に進めていきます。

・完了食(12～18ヶ月食)は乳幼児食のおおよそ8割程度を目安に提供しております。

【参考例】 ○月予定献立表(乳幼児食)

別紙2

〇〇〇〇〇〇保育園

日	曜日	おやつ (1~2歳)	昼 食	午後おやつ	材料名	栄養価 (エネルギー) 1~2歳児(※ 注)
1 ・ 15	月	牛乳 お菓子	ロールパン シチュー サラダ	牛乳 焼きおにぎり くだもの	ロールパン 米 じゃがいも サラダ油 砂糖 鶏肉 牛乳 しらす干し ヨーグルト (加糖) 人参 トマト 玉葱 キャベツ くだもの ホールコーン缶	487kcal
2 ・ 16	火	牛乳 お菓子	ご飯 わかめスープ 豆腐だんごのあんかけ ブロッコリーソテー 茹でにんじん	牛乳 きな粉マカロニ くだもの	米 パン粉 マカロニ 砂糖 サラダ油 片栗粉 豆腐 豚挽肉 きな粉 卵 わかめ 牛乳 ブロッコリー くだもの	481kcal
3 ・ 17	水	牛乳 お菓子	ご飯 味噌汁 煮魚 おひたし	牛乳 りんご入り蒸しパン くだもの	米 小麦粉 砂糖 バター 魚 卵 牛乳 油揚げ もやし ほうれん草 しめじ 人参 りんご くだもの	476kcal
4 ・ 18	木	牛乳 お菓子	炊き込みご飯 澄まし汁 根菜の煮物	牛乳 チーズトースト くだもの	米 食パン 里芋 こんにゃく 鶏肉 牛乳 桜海老 油揚げ ピザ用チー ズ	485kcal
5 ・ 19	金	牛乳 お菓子	ご飯 豚汁 わかさぎのから揚げ 白菜の甘酢炒め	牛乳 みたらし団子 くだもの	米 片栗粉 小麦粉 白玉粉 砂糖 サラダ油 わかさぎ 豚肉 牛乳	523kcal
6 ・ 20	土	牛乳 お菓子	煮込みうどん ブロッコリーのおかかあえ	牛乳 やきいも くだもの	乾麺 さつまいも 豚肉 牛乳 削り節 玉葱 人参 ブロッコリー くだもの	442kcal
8 ・ 22	月	牛乳 お菓子	ご飯 澄まし汁 ロールキャベツ トマト	牛乳 やきそば くだもの	米 中華・蒸し麺 パン粉 サラダ油 豚挽肉 牛乳 削り節 もやし ブロッコリー くだもの	510kcal
9 ・ 23	火	牛乳 お菓子	パン スープ ポテトコロッケ キャベツのおひたし	牛乳 中華おこわ くだもの	パン じゃがいも パン粉 小麦 粉 もち米 豚挽肉 卵 牛乳 鶏肉 かぶ 人参 きゃべつ 玉葱 干しいたけ	580kcal
10 ・ 24	水	牛乳 お菓子	ゆかりごはん 味噌汁 ツナ入り卵焼き 野菜ソテー	牛乳 ホットケーキ くだもの	米 小麦粉 麴 サラダ油 砂 糖 ツナ缶 卵 わかめ 大根 玉葱 長葱 にら きゃべつ 人参	495kcal
11 ・ 25	木	牛乳 お菓子	ご飯 味噌汁 ぶりの照り焼き 白菜と青菜の胡麻和え	牛乳 スパゲッティーナポリタ ン くだもの	米 スパゲッティ ごま 砂糖 サラダ油 ぶり ハム 白菜 小松菜 玉葱 人参	510kcal
12 ・ 26	金	牛乳 お菓子	カレーライス スープ ブロッコリーとカリフラワー のサラダ	牛乳 セサミトースト くだもの	米 じゃがい も 小麦粉 砂糖 バター 豚肉 牛乳 豆腐 ブロッコリー カリフラワー 人参 玉葱	570kcal
13 ・ 27	土	牛乳 お菓子	味噌うどん れんこんのきんぴら	牛乳 チャーハン くだもの	乾麺 米 油 豚肉 ベーコン れんこん 長葱 玉葱 人参 しめじ くだもの	450kcal

年齢	給与栄養目標量(エネルギー)	当月平均給与栄養量(エネルギー)
3~5歳	〇〇〇kcal	600kcal
1~2歳	〇〇〇kcal	500kcal

(※注)

・3~5歳児については分量を調節し、エネルギーの目標量に見合うような、栄養価(エネルギー)になっております。
・離乳食完了食(12~18ヶ月食)は1~2歳児食のおおよそ8割程度を目安に提供しております。

(参考)

東京都認証保育所事業実施細目

6 保育内容等(2)

- ア 給食(主食、副食及び間食)を毎日適切に提供すること。
- イ 給食は認証保育所で調理されたもので、できる限り変化に富み、入所児童の健全な発育に必要な栄養量を有するものであること。
- ウ 食品の種類及び調理方法は、栄養並びに入所児童の身体的状況及び施行を考慮したものであること。
- エ 調理は、認証保育所又は設置者があらかじめ作成した献立に従うことを原則とし、献立内容に変更があった場合は、その内容を記録すること。

8 情報の公開

- (6) 毎日の給食を展示するとともに、2週間以上の献立表を作成し、献立表に給与栄養量、素材等を記入する。

東京都認証保育所指導監督基準

保育内容編 2 食事の提供の状況 (2) 食事計画と献立業務の状況

ア 給与栄養量

子供の性、年齢、栄養状態、生活状況等を把握・評価し、提供することが適当なエネルギー及び栄養素の量(以下「給与栄養量」という。)の目標を設定するよう努めること。

イ 献立表の作成

調理は、あらかじめ作成された2週間以上の献立に従って行わなければならない。また、献立に基づき食事の提供を行うとともに毎日の給食を展示すること。

献立表には、給与栄養量、素材等を記入する必要がある。

なお、独自に献立を作成することが困難な場合には、区市町村等が作成した認可保育所の献立を活用するなどの工夫が必要である。

ウ 献立の内容

季節感や地域性等を考慮し、品質が良く、幅広い種類の食品を取り入れるように努めること。また、子供の咀嚼や嚥下機能、食具使用の発達状況等を観察し、その発達を促すことができるよう、食品の種類や調理方法に配慮するとともに、子供の食に関する嗜好や体験が広がりかつ深まるよう、多様な食品や料理の組み合わせにも配慮すること。

1 日のうち特定の食事(例えば昼食)を提供する場合は、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す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こと。

例:3歳未満、3歳以上児の区分がある。2週間周期以上の献立となっている。誕生会・行事食等が盛り込まれている。四季に応じた食品が使用されている。

エ 児童の状況に応じた配慮

- 1 授乳・離乳期においては、食べる意欲の基礎をつくることができるよう家庭での生活を考慮し、一人一人の子供の状況に応じて時間、調理方法、量などを決めること。
- 2 乳児、1～2歳児、3～5歳児の3段階で給与栄養量の目標を定めているが、3歳未満児は食品の種類・調理方法に児童の身体的状況及び発達段階での咀嚼力向上について考慮する必要がある。また、健康状態（アレルギー疾患等を含む。）等に配慮した食事内容とする。

- ・乳児にミルクを与えた場合は、ゲップをさせるなどの授乳後の処置を行うことが必要である。

- ・離乳食を摂取する時期の乳児についても、食事後の状況に注意を払うこと。

保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（厚生労働省）を参考に取り組むことが望ましい。

（乳児）

乳児の食事は、個人差に応じて授乳を行い、離乳を進めていく中で、様々な食品に少しずつ慣れ、食べることを楽しめるよう配慮すること。

健康な心と体を育てるためには望ましい食習慣の形成が重要であることを踏まえ、離乳食が完了期へと徐々に移行する中で、様々な食品に慣れるようにするとともに、和やかな雰囲気の中で食べる喜びや楽しさを味わい、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。乳児保育に関わる職員間の連携や嘱託医との連携を図り、保育所保育指針第3章に示す事項を踏まえ、適切に対応すること。栄養士及び看護師等が配置されている場合は、その専門性を生かした対応を図ること。

（1歳以上3歳未満児）

1歳以上3歳未満児の食事は、一人一人の状態に応じ、落ち着いた雰囲気の中で行うようにし、子供が自分でしようとする気持ちを尊重すること。また、基本的な生活習慣の形成に当たっては、家庭での生活経験に配慮し、家庭との適切な連携の下で行うようにすること。健康な心と体を育てるためには望ましい食習慣の形成が重要であることを踏まえ、ゆったりとした雰囲気の中で食べる喜びや楽しさを味わい、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。