

令和7年度特定給食施設等講習会 事前質問への回答

	施設の種類	質問事項	回答
1	保育所	0.1.2歳児の献立で食物繊維が上がりません。根菜などはまだそんなに食べられない月齢なので、根菜、海藻類、麦以外で食物繊維をあげるのにおすすめの食材などありましたら教えてください。さつまいもがどうしても頻繁になってしまいます。	食物繊維の摂取には、豆類、大豆加工品（豆腐やおから）、果物、葉物野菜、きのこ類などが考えられます。 なお、0～2歳は、食事摂取基準で目標量が設定されていませんので、厳密になりすぎる必要はなく、調理しやすく、食べやすい食品を優先するとともに、児の摂取状況を見ながら調節してください。 また、繊維質のものは誤嚥のリスクがありますので、細かく刻む、柔らかくなるまで十分に加熱する、とろみをつけるなどの調理の工夫をお願いします。 (さつまいもが頻回でも特に問題はありませんが、気になるようでしたら食材の組み合わせや味付けを変えるなど、変化をつけてみるのもよいと思います。)