

### (3) 策定したエネルギーや栄養素

エネルギーと 34 種類の栄養素について策定を行った。

設定項目		
エネルギー		エネルギー
たんぱく質		たんぱく質
脂質		脂質、飽和脂肪酸、n-6 系脂肪酸、n-3 系脂肪酸 コレステロール
炭水化物		炭水化物、食物繊維
ビタミン	脂溶性ビタミン	ビタミンA、ビタミンD、ビタミンE、ビタミンK
	水溶性ビタミン	ビタミンB <sub>1</sub> 、ビタミンB <sub>2</sub> 、ナイアシン、ビタミンB <sub>6</sub> 、 ビタミンB <sub>12</sub> 、葉酸、パントテン酸、ビオチン、 ビタミンC
ミネラル	多量ミネラル	ナトリウム、カリウム、カルシウム、マグネシウム、 リン
	微量ミネラル	鉄、亜鉛、銅、マンガン、ヨウ素、セレン、クロム、 モリブデン

### (4) 年齢区分

乳児については、成長に合わせてより詳細な区分設定が必要と考えられたため、エネルギー及びたんぱく質では3区分(0~5か月、6~8か月、9~11か月)で策定を行った。

ライフステージ	区分
乳児(0~11か月)	0~5か月、6~8か月、9~11か月
小児(1~17歳)	1~2歳、3~5歳、6~7歳、8~9歳、10~11歳、12~14歳、 15~17歳
成人(18~69歳)	18~29歳、30~49歳、50~69歳
高齢者(70歳以上)	70歳以上
その他	妊婦、授乳婦

### (5) ライフステージ

「乳児・小児」、「妊婦・授乳婦」、「高齢者」の各ライフステージについて、特別の配慮が必要な事項について整理を行った。

### (6) 活用

各種栄養関連業務に活用することをねらいとし、活用の基礎理論を整理し、「食事改善」と「給食管理」を目的とした食事摂取基準の基本的概念と活用の留意点を示した。