





## 福山市配食サービスの給与栄養目標量【普通食】

2026年4月 時点

No		1		2		3		4	
配食事業者名		アリスジャパン		宅配クック123		配食のふれ愛福山店		フードケアサービス福山	
食事の見本 (普通食)									
栄養素	基準量※	栄養素	平均値	栄養素	平均値	栄養素	平均値	栄養素	平均値
エネルギー(kcal)	700	エネルギー(kcal)	678.3	エネルギー(kcal)	624	エネルギー(kcal)	489	エネルギー(kcal)	698
たんぱく質(g)	22.5	たんぱく質(g)	22.2	たんぱく質(g)	17.7	たんぱく質(g)	14.7	たんぱく質(g)	23.1
脂質(g)	15.4g~23.3g	脂質(g)	19.8	脂質(g)	10.5	脂質(g)	10.3	脂質(g)	18.2
カルシウム(mg)	262.5	カルシウム(mg)	236.2	カルシウム(mg)	77	カルシウム(mg)	78.6	カルシウム(mg)	140
鉄(mg)	2.6	鉄(mg)	2.4	鉄(mg)	1.5	鉄(mg)	2.1	鉄(mg)	2.5
食物繊維(g)	7	食物繊維(g)	3.8	食物繊維(g)	3.2	食物繊維(g)	6.4	食物繊維(g)	5.4
食塩相当量(g)	2.8以内	食塩相当量(g)	2.6	食塩相当量(g)	1.8	食塩相当量(g)	2.3	食塩相当量(g)	2.7
脂肪エネルギー比(%)	20%以上~30%未満	脂肪エネルギー比(%)	26	脂肪エネルギー比(%)	18.8	脂肪エネルギー比(%)	18.9	脂肪エネルギー比(%)	23.5
利用料		1食あたり 500円		1食あたり 460円		1食あたり 450円		1食あたり 480円	

### ※基準量について



「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の75歳以上の男性(身体活動レベル I)の値に3/8を乗じたもの。

朝食:昼食:夕食=2:3:3とし、1食あたりを1日の3/8とし、基準量とした。

この基準量を給与する栄養量を目安・目標とし、各配食事業者が献立をたてている。

## 福山市配食サービスの給与栄養目標量【普通食】

2026年4月 時点

No		5	6
配食事業者名		ライフデリ福山店	配食のココロ・デリ
食事の見本 (普通食)			
栄養素	基準量※	栄養素	平均値
エネルギー(kcal)	700	エネルギー(kcal)	689
たんぱく質(g)	22.5	たんぱく質(g)	24.1
脂質(g)	15.4g~23.3g	脂質(g)	16.6
カルシウム(mg)	262.5	カルシウム(mg)	102
鉄(mg)	2.6	鉄(mg)	4
食物繊維(g)	7	食物繊維(g)	7
食塩相当量(g)	2.8以内	食塩相当量(g)	1.9
脂肪エネルギー比(%)	20%以上~ 30%未満	脂肪エネルギー比(%)	22
利用料		1食あたり 430円	1食あたり 450円

### ※基準量について

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の75歳以上の男性(身体活動レベル I)の値に3/8を乗じたもの。

朝食:昼食:夕食=2:3:3とし、1食あたりを1日の3/8とし、基準量とした。

この基準量を給与する栄養量を目安・目標とし、各配食事業者が献立をたてている。