

“今の給食”人気メニュー

※「あなたの学校（施設／地域）で一番人気の給食メニューは何ですか？」に自由記述形式で121人（うち栄養教諭・学校栄養職員等110人、学校給食調理員9人、その他2人）が123品回答。類似する料理名を編集部で仲間分けし、ランキング。数字は人数。

第1位 カレー …39/121

令和時代も人気No.1のカレー！ キーマカレー、夏野菜カレー、秋野菜カレー、地域の特産物を使ったカレーなど多種類あり、ルーから手作りする施設も多く、ご飯やナン、副菜等と合わせて提供されています。食欲がなくなる夏場や、休み明け初日など、ここぞ！という時に登場し、子どもたちの心もからだも元気にし続けています。



もみじ形のにんじん、しめじやさつまいもを入れた、秋のカレーライス。[令和3年1月号・東京都新宿区立柏木小学校]



カレーは、たまねぎを飴色になるまでじっくり炒めたり、スパイスを調整してルーを手作りしたりと、学校・施設ごと、工夫を積み重ねて愛情たっぷりで調理されている。

第2位 揚げパン …20/121

給食ならではの揚げパンは、家では食べられない格別な味。リクエスト給食でも人気の一品です。20人中、5人はきな粉揚げパン、2人がココア揚げパンを挙げていました。パンの形も、小形のコッペパンやねじりパン、数字形のパンなど、さまざま。野菜たっぷりのスープ等と組み合わせて提供されています。



揚げパンは、油を熱い温度に保つため、1回20個ぐらいずつ短時間で揚げていく。外側はパリッと硬く、中側は油を染み込ませないでふわっと仕上げる。



きな粉揚げパン、春雨サラダ、ねぎたっぷりワンドンスープ、りんごの組み合わせ。揚げパンが甘いので、柑橘系の果物は避けている。[情報・写真提供：口野佳奈栄養教諭（千葉県船橋市立塚田小学校）]

第3位 から揚げ …8/121

3位以下は、大差のない結果でしたが、から揚げを挙げたのは地域もバラバラの8人でした。子どもたちが大好きな揚げ物の中でも、鶏のから揚げは、人気メニューの一つです。



人気の高い鶏のから揚げは、バイキング給食でも定番メニュー。[平成22年7月号・東京都世田谷区立駒沢小学校]

第4位 チキンチキンごぼう …7/121



チキンチキンごぼうは、ひと口大の鶏肉とごぼうに塩・こしょう、でんぷんをつけて揚げ、みりん、酒、砂糖、濃口しょうゆを煮詰めて作ったタレと、枝豆をあえて作る。から揚げと歯応えのあるごぼうで食感も楽しめ、子どもの好きな甘辛いタレが人気の理由。[情報・写真提供：岡本彩乃学校給食栄養職員（山口県宇部市立万倉小学校）]

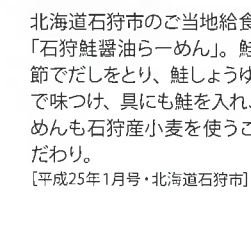
山口県のご当地給食「チキンチキンごぼう」が4位にランクイン！ 7人全員が山口県の方でした。約25年前、山口市内の小学校で家庭料理を募集し、給食に取り入れられた料理です。地場産の鶏肉やごぼうを使い、甘辛い味が特徴的。県内ではコンビニにも並ぶ身近なメニューです。

第5位 ラーメン …6/121

子どもはめん料理が大好きですね。中でもラーメンは6人の方が一番人気だと挙げていました。本誌では以前、ご当地ラーメンを紹介、野菜たっぷりの工夫がされています。



神奈川県のご当地給食「サンマーマン」。広東語の発音でサン（生＝新鮮な野菜のシャキシャキとした食感）、マー（馬＝めんの上にのせること）という意味。ホットラーメンに、サバ節と豚がらでとったとろみのある野菜スープをかける。[平成25年1月号・神奈川県藤沢市]



北海道石狩市のご当地給食「石狩鮭醤油ラーメン」。鮭節でだしをとって、鮭しょうゆで味づけ、具にも鮭を入れ、めんも石狩産小麦を使うこだわり。[平成25年1月号・北海道石狩市]

人気メニューあれこれ

※ベスト5以外に挙げられた人気メニュー。

肉料理 [ギョーザ・チキンチキンれんこん・鶏肉のごまだれ・鶏肉の包み焼き・鶏肉のチーズロール・鶏肉のレモンソースがけ・鶏肉のバーベキューソース・豚肉のかりん揚げ・チンジャオロース・ハンバーグ・ヘルシーハンバーグデミグラスソース]

魚料理 [アジフライ・タラの梅マヨ焼き・サバのみそ煮・マグロのオーロラ煮]

ごはん料理 [ビビンバ・キムタクご飯・キムチどんぶり・鶏飯（奄美の鶏飯）・焼き鳥丼・三色丼・ソースカツ丼・わかめごはん・にんじんごはん・油揚げごはん・焼肉チャーハン]

副菜 [ミネラルサラダ・かみかみサラダ・冷しゃぶうどんサラダ・冷麺サラダ・わかめの梅あえ・じゃがまるくん・れんこんチップス]



20年前、長野県塩尻西部中学校の栄養士が漬物をおいしく食べてもらおうと考案した「キムタクご飯」は、県内の人気メニューに。豚肉やベーコン等と細かく刻んだキムチとつば漬を炒めて味つけし、ごはんに混ぜた料理。食器は木曾漆器。[平成25年1月号・長野県塩尻市立木曾櫛川小学校]

肉料理では鶏肉を使った料理、ごはん料理では丼物が多く挙がりました。地域の特色があるメニューとしては、長野県のキムタクご飯、鹿児島県の鶏飯、岩手県の冷麺サラダ、地元の新鮮な魚を使用したアジフライなど、バラエティーに富んだ人気メニューを寄せていただきました。



野菜たっぷりの特製ジャンボギョーザをバクリッ！ ジャンボギョーザや揚げギョーザも子どもたちに大人気。[平成22年7月号・東京都世田谷区立駒沢小学校]

その他 [ミートソーススパゲッティ・ABCスープ・ガトーショコラ]

あまり人気のないメニュー

※「あなたの学校（施設／地域）で人気がないと感じる給食メニューは何ですか？」に自由記述形式で121人が133品回答。類似する料理名を編集部で仲間分けし、ランキング。数字は人数。

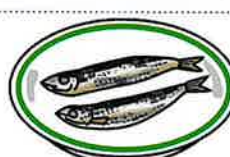
ワースト1 豆料理 …20/121

豆料理と挙げた人が8人、五目豆が7人、ビーンズサラダ2人、そのほか、大豆の磯煮・昆布豆・ビーンズソテーで、豆を使った給食メニューが一番不人気という結果に。



ワースト2 魚料理 …16/121

具体的なメニューとしては、焼きシシャモ・サバの塩焼き・鮭のねぎみそ焼き、そのほか煮魚・西京焼き・イワシ料理などが挙がりました。



ワースト3 酢や酸味の強い料理 …15/121

酢の物と挙げた人が6人、ぬたが4人、酸味の強い料理・酢みそあえが2人ずつ、そのほか、紅白なますが挙げられています。



ワースト4 野菜の煮物 …12/121

切り干し大根の煮物・筑前煮・高野豆腐と野菜の煮物など。



ワースト5 ごはん料理 …10/121

白いごはん・混ぜごはん・赤飯・ちらしずし・たけのごはん・ひじきごはん・野菜ピラフなど。



ワースト5 サラダ …10/121

ビーンズサラダ・ひじきのサラダ・ゆで野菜サラダ・かみかみサラダ・フレンチサラダ・イタリアンサラダ・セロリの入ったサラダなど。



その他 特になし（5人）、海そう料理（ひじきの煮付け・ひじきの炒め煮・くわがめの炒め煮）、あえ物（野菜のあえ物・白あえ・おひたし）、野菜の炒め煮（小松菜と油揚げの炒め煮・山菜の炒め煮・きんぴらごぼう、卵の花いり）、野菜の炒め物（ゴージャスチャンプルー・野菜のソテー・八宝菜）、汁物（和風の汁物・みそ汁・けんちん汁・沢煮汁・きのこ汁・すいとん・もずくスープ・デンジャック）、厚焼玉子、具が混ざったオムレツ、金山寺みそ、レバー料理、鯨の煮物、根菜類、和食、副菜（野菜）、ぶどうパン、パン、桜餅