

【目的】市場経済への移行とともに中国の食生活も大きな進展がみられる。そこで、中国の庶民の食生活の現状を知る目的で『大衆菜譜』の料理内容の分析を行っているが、今回はここに記載されている各地域ごとの料理を用いて一日分の献立作成をし、地域による食物摂取量の比較検討を行った。

【方法】資料は『大衆菜譜』軽工業出版社（1985年6月第2版）を用いた。まず料理数の多少の関係から、都市ごとではなく中国四大料理系統①北京・山東・天津、②上海・杭州・蘇州、③成都・重慶、④広州に分類した。次に一食の献立作成をするにあたり、主食と一汁三菜のパターンを基本条件とし、一般家庭で食されるであろう内容になるよう留意した。そして食品量、栄養量を『食物成分表』人民衛生出版社（1993）を用いて一食分ずつ算出し、一日分を合計して食物摂取量と栄養所要量について比較検討を行った。

【結果】献立（各献立数13）に使用されている食品数は、成都・重慶で49品目、上海・杭州・蘇州で39品目、広州で33品目、北京・山東・天津で28品目であった。食品群別からは、食品数で野菜類と調味料類が、頻度では油脂類、肉類、野菜類、調味料類が多く出現していた。

四地域のPFC比は、広州では13:61:26、成都・重慶では19:52:29、上海・杭州・蘇州では11:52:37、北京・山東・天津では12:48:40であった。全地域ともエネルギーに占める脂質の割合は大きく、糖質の割合は小さかった。日本の国民栄養調査（1995）のPFC比（16:26:58）と比較すると、『大衆菜譜』の献立例は脂質と糖質の割合が逆のパターンを示した。