

【目的】 国民栄養調査の結果をみると、日本人のカルシウム摂取量は不足状態が続いている。そのカルシウム給源の一つである牛乳の摂取量は伸び悩み状況にある。今後、牛乳の摂取量を増やすためには、飲用のほかに調理への利用が考えられる。そこで、昭和10年から刊行され続けている『栄養と料理』を資料として、牛乳の調理への利用方法を調査することとした。今回は昭和30年代について報告する。

【方法】 調査対象とした資料は、『栄養と料理』の昭和30年1月号から昭和39年12月号までの120冊とした。方法は資料の料理一覧に掲載された料理を対象とし、その中から牛乳を用いた料理を抽出した。年ごとの出現頻度、料理の様式、調理法、牛乳以外の材料との取り合わせなどについて調査した。

【結果】 昭和30年代の掲載料理数は12923品であり、そのうち牛乳を用いた料理は1014品(7.8%)であった。昭和30年5月号、昭和37年11月号以外のすべての号に牛乳を用いた料理が掲載されていた。それらの料理は一般料理が538品(53.1%)と多く、次いで甘味料理349品(34.4%)、小児・病弱者などの特別食127品(12.5%)であった。一般料理の料理様式を和洋中で分類した場合、洋風508品(94.4%)、中国風18品(3.4%)、和風12品(2.2%)であり、牛乳はグラタンのホワイトソース、クリーム煮、ポタージュなどの洋風料理に用いられることが多かった。また、一般料理の調理方法は煮物、蒸し物、焼き物、揚げ物、汁物、あえ物と多岐にわたっており、料理献立の多様化がみられた。