

目的 毎日の献立を作成する時、家庭では前日と同じ料理にならないようにすることや、3食をバランスよい献立であるように決定することなどを考える。複数の料理の組み合わせには、多くの時間と栄養に関する知識と労力が必要である。そこで、献立作成者の求める条件を入力後は、その条件を満たす献立を自動的に作成できるシステムを構築することを試みた。そのために、料理の組み合わせに必要な、調理法その他の分類法について検討した。

方法 献立作成のためのデータベースに、1)四訂食品成分表データベース 2)料理データベースを作成した。四訂食品成分表は、そのなかの14項目をデータとした。料理データベースはユーザーが作成できるものであり、調理法の分類は、「加熱調理・生物調理・生物または加熱調理併用」等と設定した。さらに、「和食・洋食・中華」、「朝食・昼食・夕食」と「主菜・副菜・スープ・デザート」と分類した。栄養素のチェックは4つの食品群でおこなった。料理データベースには他に、材料・分量・栄養素などが含まれている。そこで、作成したデータベースで、1日分・1週間分の献立作成を行い、各分類法による献立の組み合わせを調べた。

結果 分類法を用いた料理の組み合わせは、分類法を用いなかった組み合わせと比較すると調理法などが重ならずにより望ましい献立ができることがわかった。分類法を用いることは、人間の判断する能力に似たようなところがある。今後の献立作成の自動化にむけて、さらに分類法について検討していきたい。