

定期読者を募集しています

定期読者の募集や送付先変更、サンプル依頼等はこちらのフォームよりお申し込みいただけます。



おすすめのタマゴ商品

スープにおすすめ

凍結全卵(調理用)HV No.3



鶏卵のみで製造し、鶏卵の持つ粘りと繋がりを残した調理適性に優れた殺菌凍結卵です。卵スープやオムレツ等の各種卵料理をお作りいただけます。

○1kg/10袋
◆冷凍 18カ月
アレルギー 卵



たまごスープ

トッピングにおすすめ

スノーマン 目玉焼風まるオムレツ



スノーマン 目玉焼風まるオムレツ P
O35g×6個/20袋



スノーマン 目玉焼風まるオムレツ
O35g/100個

解凍するだけでご使用いただける半熟感のある目玉焼風のタマゴ加工品です。加熱しても卵黄風のソースが固まることなく、さらにおいしく召しあがれます。

◆冷凍 1年
アレルギー 卵・乳成分・大豆・セラチン



ドライカレー 目玉焼のせ

オムライスにおすすめ



スノーマン
ふわふわエッグ

ふわふわした食感がお楽しみいただけるスクランブルエッグです。そのままはもちろん、さまざまな食材と組み合わせてご使用いただけます。

○1kg/10袋 ◆冷凍 1年
アレルギー 卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉



スノーマン
とろっとスクランブル

加熱しても半熟感のあるスクランブルエッグで、卵風味が引き立つシンプルな味付けです。そのままはもちろん、さまざまな食材と組み合わせてご使用いただけます。

○1kg/10袋 ◆冷凍 1年
アレルギー 卵・乳成分・小麦・大豆・鶏肉



スノーマン
ふんわり炒りたまご

独自の製法で、手作り感のある大きな粒子に仕上げた炒り卵です。ほんのりだしを効かせ、シンプルな味付けにしています。ふんわりとした食感で、幅広いメニューにご使用いただけます。

○1kg/10袋 ◆冷凍 1年
アレルギー 卵・小麦・大豆

トッピング・彩りにおすすめ



スノーマン
トッピングエッグ

茹卵を細かく刻んだイメージで、幅広いメニューのトッピングにご使用いただけ、彩りをプラスします。

○500g/6袋 ◆冷凍 1年
アレルギー 卵・乳成分・大豆

●商品番号 ○内容量/荷姿 ◆保存方法

子どもの健康と学校給食の充実を願って歩み続ける

KEWPIE食だより

2025 vol.25



特集:キューピーのタマゴ商品について
給食時間:福島県福島市南部学校給食センター

KEWPIE食だより vol.25 2025年2月発行

キューピー株式会社 販売戦略本部 フードサービス販売戦略部
〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1-4-13 TEL.03-3486-3062 FAX.03-3486-6177
企画制作・編集/株式会社シェフ デザイン/原田麻衣子



学校給食向け
おすすめ商品はこちら!



キューピーのタマゴ商品について

キューピーは、1925年に日本で初めて、マヨネーズの製造・販売をしました。「キューピー マヨネーズ」の製造開始以来、副産物である卵白の活用に取り組んできました。やがて、卵白にとどまらず、卵黄、全卵についても、卵を割って液卵・凍結全卵や卵焼き・オムレツのような商品に加工し、販売するようになりました。

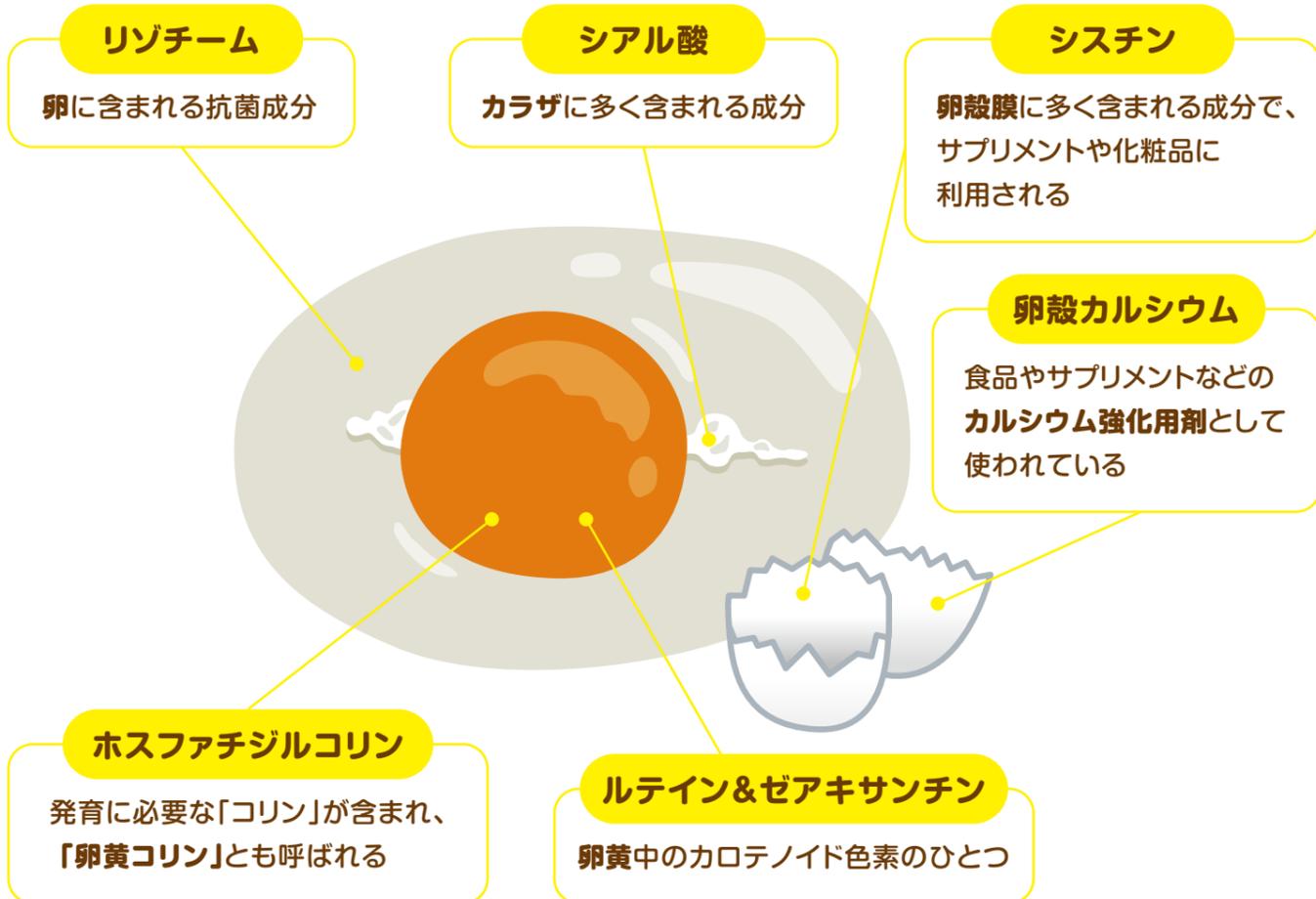
卵はマヨネーズの重要な原料のひとつです。私たちの取扱量は、年間約25万トン、日本で生産される卵の約10%に相当します。

卵にはたんぱく質やビタミンといった各種栄養成分が含まれることは有名ですが、一般的にはあまり知られていない、けれどとても重要な栄養素もたくさん含まれています。今号では卵の知られざる栄養パワーについてご紹介します。



タマゴはマルチプレーヤー!!

タマゴには、たんぱく質以外にも特徴的な成分が含まれています!!



消化の良い卵殻カルシウム!

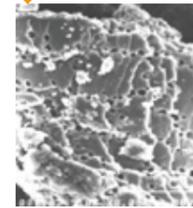
卵殻カルシウム
(卵の殻から得られたカルシウム)

多孔質構造 (小さい穴がたくさん開いている)

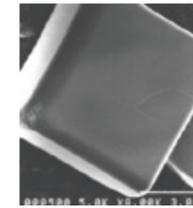
の卵殻カルシウムは摂取した際、
**胃酸が浸透しやすいため、
カルシウムが溶け出しやすい**

※カルシウムは溶ける(イオン化する)ことで体内に吸収される

電子顕微鏡写真(×8000) (キューピー調べ資料)



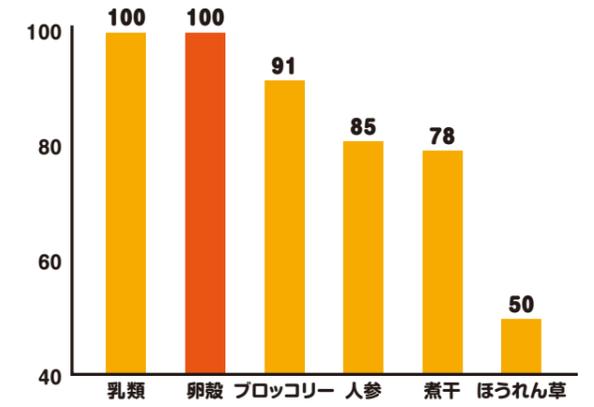
卵殻カルシウム



炭酸カルシウム結晶

**卵殻カルシウムは
乳類と同等のカルシウム吸収率!**

カルシウム吸収率の比較
※乳類カルシウム吸収率を100として



各種食品の吸収率(動物試験)に関する文献を整理し、カルシウム吸収率を比較した

(聖徳大学 中嶋ら、臨床栄養、85、81-85、1994、より)

卵殻カルシウムを活かした商品

スノーマン Caたっぷりオムレツ

カルシウムがたっぷり入ったふんわり食感のオムレツです。
選べる4つの味(プレーン・ほうれん草・トマトミート・チーズ)

○内容量/荷姿
40g×10個/8袋 40g/100個 60g×10個/8袋 60g/100個
◆保存方法 冷凍 1年



さまざまなソースに合うよう、シブシブな味付けにしました。
アレルギー 卵・大豆



ほうれん草を加えて彩りよく焼き上げました。
アレルギー 卵・大豆



トマトとひき肉のソースを包んで焼き上げました。
アレルギー 卵・大豆・鶏肉



チーズを包んで焼き上げました。ソースなしでもおいしく召しあがれます。
アレルギー 卵・乳成分・小麦・大豆

**キューピーでは、卵の魅力、可能性を多方面から研究し、
さまざまなお客様のニーズにお応えできる商品開発を行っています。**

給食の時間 におじゃましました

福島市南部 学校給食センター



福島市南部学校給食センターは、山に囲まれ、西側には吾妻小富士や安達太良山を仰ぎ見ることができる、のどかで自然の多い中通りの県北地域松川町にあります。松川町、蓬萊町、信夫地区の小中学校に給食を提供しています。昭和53年4月に開設し、安全安心でおいしい給食作りを心がけています。また、食に関する指導の全体計画を作成し、それをもとに、生涯にわたって健康を考えた食生活ができる児童生徒の育成を目指す取組を推進しています。

山倉 郁子先生 インタビュー

南部学校給食センターならではの企画と作り手のまごころで「ワクワクするような給食」を届けたい!!



福島市南部学校給食センター
栄養教諭
山倉 郁子先生

作りを心掛け、私自身も楽しみながら作成しています。

● 人気メニュー

りっちゃんサラダ、豚汁、麻婆豆腐、春雨を使用したサラダやスープ、ヤンニョムチキン、豚キムチ炒め、さんまのかば焼き、酢豚、プルコギ、揚げパン、カレーなどが人気です。

● 栄養教諭になってよかったなと思ったこと

食育授業や個別指導など、各受配校から依頼され、未来に向かう子どもたちにたくさん関われることです。「先生の授業の後に野菜を食べなかった子が食べるようになりました!」と声をかけていただくことや、子どもたちから「おいしかった、給食が楽しみ!」「今日は野菜食べられた!」と言われることがやりがいにつながっています。保護者から「とてもワクワクする給食の献立表です!見ていただけでも私も食べたくなります」との声をいただいたこともあり、試行錯誤しながらの献立作成が、この一言で報われます。

● 児童生徒、教職員、調理員との付き合い方

児童生徒には、一人ひとりに寄り添えるよう授業・給食時間に声掛けをしています。週に一度は給食時間にクラスに訪問して食育指導を行い、喫食の様子を確認しています。教職員の先生方とは、授業前の打ち合わせで児童の実態を担任の目線から教えていただき、目指す子どもの姿を理解し、児童の実態に合った授業ができるように努めています。調理員とは、コミュニケーションをとり、一食に込める思い(下準備、切り方、手順)を共有することで、より完成度の高い給食ができるよう心掛けています。調理員からより良いアイデアを提案してもらうことがたくさんあるので、これからも互いに意見を出し合える環境づくりを継続していきたいです。

調理員との食育指導

調理員とは、コミュニケーションをとり、一食に込める思い(下準備、切り方、手順)を共有することで、より完成度の高い給食ができるよう心掛けています。調理員からより良いアイデアを提案してもらうことがたくさんあるので、これからも互いに意見を出し合える環境づくりを継続していきたいです。

● 卵を使った料理のエピソード

20年ほど前は手で割っていましたが、今は凍結全卵を使っています。殺菌されているので、サルモネラ菌や二次汚染もなく衛生的です。作業スペースも要りませんし、殻などの異物混入もありません。液卵が始めの頃は、スープに入れる時にふわっとした感じが出せなかったのですが、今はコツもわかりきれいに仕上がっています。スープ以外に、親子煮や油麩の卵とじ、蒸しパンなども作ります。

● 先生からのアピールポイント

とにかくチームワークがよい職場です。所長をはじめ、相談すると共に考え、意見を出してくれる事務室のメンバー。作業長をはじめ、安心して任せられる調理員のみなさん。少し離れているけれど、とても協力的な学校の先生方。築45年以上の施設で、設備が十分に整っている訳ではありませんが、調理員さんの手間やひと工夫で、それを感じさせることなく、おいしく安全安心な給食を提供し、チームで取り組む食育を推進することができています。

12月12日の献立



- ご飯 ● 牛乳 ● 春巻き
- 中華くらげともやしのサラダ ● たまごと春雨のスープ

給食時間の風景



- 卵料理がふわふわしていておいしいよ。
- 野菜がたくさん入っていて、いつもからだのことを考えて作ってくれてありがとう。

調理の様子



解凍した液卵をホイッパーでよく撹拌します。



水溶性片栗粉を入れ、よく撹拌しているところに液卵を少しずつ流し入れます。



調理員の皆さん

献立 たまごと春雨のスープ

調理上のポイント & ひとくちメモ

子どもたちが好きな春雨スープにたまごと旬の野菜を加えました。たけのこの歯ごたえや春雨のつるつる感、たまごのふわふわ感など、さまざまな食感が楽しめるスープです。旬の野菜の甘みとたまごの甘みのやさしい味わいです。

鶏もも肉(こま切れ)	10
酒	1
人参	7
白菜	10
干し椎茸スライス	0.7
たけのこ水煮(千切り)	7
ねぎ	10
凍結全卵(調理用)HV No.3	13
緑豆春雨	4
ガラスープ(液状のもの)	2
塩	0.3
白こしょう	0.02
淡口しょうゆ	2.5
片栗粉	1
ごま油	0.3
水	130-140

- 1 人参は太千切り、白菜は1cm幅、ねぎは小口切りにします。干し椎茸は水で戻しておきます。たけのこ水煮は水気をきっておきます。緑豆春雨は熱湯で戻し水冷します。
- 2 凍結全卵(調理用)HV No.3は解凍し、ホイッパーでよく撹拌します。
- 3 鶏もも肉に酒と干し椎茸の戻し汁を振りかけて炒めます。
- 4 人参を加えて炒め、干し椎茸とたけのこ水煮を入れて加熱します。
- 5 釜に水を加え、白菜を入れ加熱します。
- 6 沸騰したら、①の緑豆春雨を加えます。
- 7 再度沸騰してきたら、釜に卵を入れる直前に水溶性片栗粉を入れ、よく撹拌しているところに、②の液卵を少しずつ流し入れます。
- 8 塩、白こしょう、淡口しょうゆで味を整えます。
- 9 仕上げにねぎを加え、香りづけのごま油を入れて完成です。

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛
76kcal	5.6g	2.9g	21mg	9mg	0.3mg	0.3mg
レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	
97μg	0.03mg	0.09mg	3mg	1.3g	1.1g	

学校給食における卵の上手な活用方法



長島 美保子 ながしま みほこ 公益社団法人全国学校栄養士協議会 会長

2007～2012年 島根県栄養教諭
2007年 公益社団法人 全国学校栄養士協議会 副会長
2012年 同会長(現職)

島根県立大学 保育教育学科・健康栄養学科 非常勤講師(現職)
食育推進評価専門委員(農林水産省)(現職)
公益社団法人 学校給食研究改善協会 理事(現職)

健康を維持するために必要な栄養素をバランスよく含む卵は、学校給食においてもいろいろな調理法で活用されています。成長を支え体を作るために不可欠な良質なたんぱく質、またリノール酸・オレイン酸といった脂質に加えて、これらの代謝を支えるビタミン類、ミネラル等をあわせて含んでおり、体の構成や代謝・生理機能をコントロールする働きをもつ完全栄養食品と言えます。

生のまま、半熟あるいは十分加熱していろいろな食べ方ができ、弁当の卵焼きや朝食の目玉焼き・ハムエッグ等は、国民的な料理と言えるでしょう。また、卵のゆで方やスクランブルエッグの調理は、小学校5・6年生の家庭科の調理実習でも扱われており、児童にも馴染みです。家庭科の学習を家庭で生かし生活と結び付けられる教材の役目も果たしています。

卵加工品で代表的なものは、お馴染みのマヨネーズです。マヨネーズの手作りを通して、酢とサラダ油という一見相いれないものを卵黄の働きで乳化させる過程を学ぶことができます。

学校給食で卵を生のまま、また加熱不十分な状態で使うことはあり

ませんが、卵料理を学校給食で提供する上での配慮事項について、ここで触れておきます。

一つ目は衛生管理面です。卵は、一般的に洗浄及び消毒が行われていますが、地場産卵の活用等に当たっても、このことを確認して購入することが大切です。そして、先に述べたように栄養価が高い食品であるということは、取り扱いによっては食中毒菌にとって格好の場所になる、つまり、サルモネラ・エンテリティディス等の細菌が増殖する最適な環境があるということになります。したがって、調理に当たっては、外観(ひび割れ)、採卵日等の確認はもとより、下処理室の所定の場で卵専用容器と割卵ボウル等を使用し、他の食材と触れないように作業動線に注意して作業を進めることが大切です。

二つ目として、卵は食物アレルギー発症数の多い食品でもあります。食物アレルギー対応指針(文部科学省)では、食物アレルギーを有する児童生徒へも学校給食を提供することとされており、そのためには安全性が最優先されます。卵を使用していることが明らかにわかる料理名を献立表に示すことが重要です。

キユーピー商品を使った

人気献立のご紹介

沖縄県読谷村立読谷中学校(読谷給食調理場)



栄養教諭
又吉 ちさと 先生

< 献立組み合わせ >

牛乳、横手焼きそば、わかめスープ、
アーモンド



SM
目玉焼風
まるオムレツ
35g/100個 冷凍

横手焼きそばに
1食1個使用
(小学校 中学年)

先生からひとこと

読谷給食調理場では、定期的に他県の料理を提供し、食体験を通して子ども達の食文化の知識を深めています。その取り組みの中で、秋田県横田市発祥の料理「横手焼きそば」を提供しました。横手焼きそばは、ソース焼きそばの上に、半熟の目玉焼きをのせて、麺と卵の黄身を絡めて食べるのが特徴です。給食では衛生管理上、半熟の目玉焼きを作ることが難しいですが、「スノーマン 目玉焼風まるオムレツ」は、衛生管理基準温度(中心温度)を満たした調理後も、黄身が半熟な状態なので、本来の横手焼きそばにより近づけることができます。子ども達の大好きなソース焼きそばと目玉焼きが組み合わせられた横手焼きそばは、人気献立の一つになっています。

<1人当たり栄養価(小学校 中学年)>

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール当量	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
627kcal	28.8g	34.8g	362mg	112mg	3.4mg	33mg	378μg	0.32mg	0.75mg	20mg	3.4g	2.4g

山形県鶴岡市学校給食センター



栄養教諭
五十嵐裕佳 先生・三浦慶子 先生
阿部広子 先生
管理栄養士
疋田美由紀 先生・佐藤衣梨 先生

< 献立組み合わせ >

セルフ たまごサンド給食

山形米パン、
たまごサンドの具、牛乳、
野菜たっぷりコンソメスープ、
焼きポテト、ヨーグルト



SM
トッピングエッグ
500g/6袋 冷凍

たまごサンドの具に
1食40g使用
(小学校 中学年)

先生からひとこと

子どもたちが自分でパンにたまごサンドの具をはさんで食べるセルフサンド給食です。大量のたまごサンドの具もトッピングエッグを使用することで簡単にきれいに作ることができるため、組み合わせる献立も充実することができます。たまごだけでなく、きゅうり、コーン、ハムと一緒に和えるので、色々な食感を味わうことができ、地元米粉で作ったもちりとしたパンとの相性も良く、これからも給食の定番メニューとして取り入れていきたいと思っております。

<1人当たり栄養価(小学校 中学年)>

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール当量	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
617kcal	24.9g	25.5g	447mg	48mg	2.4mg	1.7mg	176μg	0.29mg	0.62mg	39mg	2.6g	3.3g

広がる! 「殻なしゆでたまご」の世界

キューピーのたまご

私たち日本人はたまごの消費量世界第4位(国際鶏卵委員会(IEC)の発表より)で、たまご好きの国民です。

最近では、ゆでたまごなど、手軽なたまご商品がコンビニで購入される機会も増えており、たまごを使った商品は、たまご好きな日本人にとって欠かせない存在になっています。

キューピーでは、さらに簡単に食べられる「殻なしゆでたまご」を使った商品も発売して、ゆでたまごの世界はさらに広がっています。

キューピーからトレンド情報をお届けします。

トレンド
ニュース

朝食にもぴったり!お子様でも簡単に作れる!

キューピーのたまご
ゆで卵をつぶしてつくる たまごサラダ



3つのポイント

- ✓ いつでも作れる
たまごの栄養・忙しい朝食にも
つぶして簡単
- ✓ 子どもたちも自分で作れる・
楽しめる
- ✓ シンプルな味わい
特製ソースで子どもたちも
食べやすい

たまごサラダサンドを作ってみよう



1 たまごサラダと食パンを用意します。



2 袋の上からお好みの大きさに手でつぶします。



3 食パンの上に絞り出します。



4 たまごサラダサンドの完成です!

「殻がない」たまご商品のラインアップはこちら

