

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。



学校給食におすすめ素材豆のご案内

豆本来の色や風味を生かした商品です。



国産

ほしえぬ
国産ミックスビーンズ
●31552
○1kg/6袋
◆常温 2年



ほしえぬ
国産ミックスビーンズ
●34291
○1kg/6袋
◆常温 2年



国産

ほしえぬ
国産大豆
●34346
○1kg/6袋
◆常温 2年



国産

ほしえぬ
国産大豆(クラッシュタイプ)
●31156
○1kg/6袋
◆常温 18カ月



ほしえぬ
レッドキドニー
●34323
○1kg/6袋
◆常温 2年



国産

ほしえぬ
国産白いんげん
●34366
○1kg/6袋
◆常温 2年



ほしえぬ
白いんげん
●15540
○1kg/6袋
◆常温 2年



国産

ほしえぬ
国産白いんげん(ペーストタイプ)
●28805
○1kg/6袋
◆常温 18カ月



ほしえぬ
10種ミックス(五種豆と五穀)
●53382
○1kg/6袋
◆常温 18カ月



ほしえぬ
ガルバンゾ
●34197
○1kg/6袋
◆常温 2年



国産

冷凍

スノーマン
フローズンビーンズ 国産ミックス
●3671
○1kg/6袋
◆冷凍 1年



国産

冷凍

スノーマン
ビーンズピューレー(国産白いんげん)
●39640
○1kg/6袋
◆冷凍 1年



冷凍

スノーマン
ビーンズピューレー(白いんげん)
●40245
○1kg/6袋
◆冷凍 1年

●商品番号 ○内容量/荷姿 ◆賞味期間

KEWPIE食だより vol.26 2025年6月発行

キユーピー株式会社 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！

プロミス

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.26



特集: キューピー素材豆のこだわり
給食時間: 岡山県備前市立伊里共同調理場

kewpie

キューピー素材豆のこだわり

キューピーでは1985年からほしえぬの豆シリーズを販売してきました。学校給食の栄養士の先生から「豆は前日から処理をしないと使えないので手間がかかる。衛生管理も心配。」というお悩みを伺い、開発・販売をスタートしました。現在ではお客様のご要望や市場の変化に合わせて様々なバリエーションの商品を取り揃えております。コープ食品(福島県)で製造しており、原料調達から製造までこだわりを持ち、安全安心な商品をお届けしております。2025年には発売40周年を迎え、今後も素材豆を通じて皆様のメニュー作りをサポートして参ります。

キューピー素材豆の歴史

1985年	大豆1号缶発売
1991年	3CL缶発売★
2001年	缶詰▶パウチ製品★ (バキュームタイプ)
2005年	冷凍ピューレータイプ発売
2008年	フローズンタイプ発売
2010年	パウチ製品★ (バキュームタイプ▶含気タイプ)
2013年	雑穀ミックスタイプ発売
2014年	常温ペースト発売



こだわり ①

豆原料調達の取り組み

国内外の生産者・集荷業者と継続的に交流し、より良い豆原料の調達を行っています。豆のおいしさはもちろんのこと、粒揃いや皮切れの少なさ、気候変動に左右されにくい栽培方法による安定的な供給、安全安心への取り組みについて、産地の畑や選別工場への定期的な訪問、私たちの工場への招待・見学・情報交換など、より良い商品づくりにお互いの理解を深め合う取り組みを行っています。



国産白いんげん産地の畑 北海道十勝地方

こだわり ②

素材を活かした製造の取り組み

先ずは原料豆の徹底した選別、産地での機械選別、指定工場での二次選別、私たちの工場で更に目視による選別と少なくとも3回の選別を行い、安全安心に努めています。生産工程では、それぞれの豆に合わせて、水戻しやボイル時間の調整など、その豆のおいしさを最も引き出す加工を行っています。また商品設計では、豆の色どりやミックスした豆をバランス良くお使いいただくために、複数の豆や雑穀との混合方法も工夫しています。豆が苦手な子のためにクラッシュしたものやペーストにしたものなど、食べ方、使い方に合わせた加工も提案しています。



レッドキドニー(生豆)



レッドキドニー(水戻し)

素材豆を使ったメニュー提案

ほしえぬ 国産白いんげんペーストタイプ

組み合わせ自在のオリジナルスープに! いつものスープに加えるだけ!

おすすめメニュー 和風コーンチャウダー



みそを加えることで
ご飯にもよく合います。

材料(中学年1人分)g・作り方

ほしえぬ 国産白いんげんペーストタイプ	32	にんじん	24
ほしえぬ 北海道コーン(ホールカーネル)	16	えのきだけ	16
ほしえぬ 北海道クリームコーン	5	ウインナー(ソーセージ)	13
無塩バター	3	A牛乳	96
たまねぎ	32	A唐州味噌	8

- ① ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。たまねぎは薄切りにする。にんじんは1cm角切りにする。えのきだけは石づきを切り落とし、半分の長さに切ってほぐす。ウインナーは輪切りにする。
- ② 鍋にバターを入れて熱し、1のたまねぎを入れて炒め、にんじん、えのきだけ、ウインナーを入れて炒める。Aと北海道コーン、北海道クリームコーンを入れ軽く煮込む。

おすすめパターン



スープベース



旬の野菜や
地元の食材

ほしえぬ 国産大豆(クラッシュタイプ)

苦手な豆をひき肉と一緒に摂取! ご飯ものだと残食も少ない!



おすすめメニュー タコライス



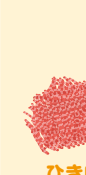
タコライスは沖縄発祥の料理です。

材料(中学年1人分)g・作り方

ご飯	70	トマトケチャップ	20
豚ひき肉	30	しょうゆ	5
ほしえぬ 国産大豆(クラッシュタイプ)	15	カレー粉	1
にんにく	適量	キャベツ	30
サラダ油	1	にんじん	10
たまねぎ	15	きゅうり	10

- ① にんにくとたまねぎはみじん切りにする。ケチャップ、しょうゆ(ウスターソースでも可)、カレー粉は混ぜ合わせておく。
- ② キャベツ、にんじん、きゅうりは千切りにし、ボイル後冷却して混ぜ合わせ、配膳する。
- ③ 鍋に油を熱し、にんにくとたまねぎを入れ炒め、火が通ったら豚肉を入れ炒める。豚肉に火が通ったらほしえぬ 国産大豆(クラッシュタイプ)を加え、なじんだら①で混ぜ合わせておいた調味料を入れ煮詰める。
- ④ (それぞれ配膳し、食べる時に児童生徒がご飯の上にのせて食べる)

おすすめパターン



ひき肉



野菜などを加え、
各調味料で味付け



ご飯にのせる

ほしえぬ 10種ミックス(五種豆と五穀)

一度に手軽に多品目摂取でき、食指導にも使える



今日のご飯には5種類の豆と5種類の穀物が
入っているよ!
探してみよう!



五種豆



五穀



おすすめメニュー 10種ミックスごはん



冷めてもモチモチした
食感を保てます。

材料(中学年1人分)g・作り方

ご飯	160
ほしえぬ 10種ミックス(五種豆と五穀)	30
赤しそふりかけ	1

- ① ご飯にほしえぬ 10種ミックス(五種豆と五穀)と赤しそふりかけをいれ、よく混ぜ混ぜ。

給食の時間 におじゃましました

岡山県備前市立伊里 共同調理場

3月12日の献立



- 米粉パン ●牛乳 ●豚肉のバーベキューソース
- グレインズサラダ ●トマトスープ

給食時間の風景



- ・給食だと苦手な食べ物も食べられるよ。
- ・今日は見たことのない豆がたくさん入っていておいしいよ！



備前市立伊里共同調理場は、岡山県東部、兵庫県にも近い場所に位置しており、山と海がすぐ近くにありま。平成14年4月に稼働したオール電化の給食調理場で、当時は小学校2校・中学校2校でスタートしましたが、現在では、小学校4校と中学校3校、合計約930食(市内の児童生徒数の約半分)を、所長1名、学校栄養職員1名、市栄養士1名、調理員10名、事務員1名で提供しています。

出井先生・苅野先生インタビュー

「食べた記憶や味覚の体験は一生残るもの」
地域の特色を活かした給食や食育を通して、地元の文化や環境について学ぶ



備前市立伊里共同調理場
所長 出井 京子 先生
学校栄養職員 苅野 蒼馬 先生

● 備前市の給食・食育について

備前市では、令和4年4月より学校用品・給食費が無償化され、保護者の負担を軽減し、子育て支援を推進しています。

備前市は海と山に恵まれた地域であり、地元の旬の農産物や海産物を積極的に活用しています。小松菜、白菜、大根、キャベツ、ミニトマト、きゅうり、ブロッコリー、干しいたけなどは、主に備前市産のものを使用しています。さらに、市の特産品として、日生のみかん、ニュービーオーネがあります。

瀬戸内海が近いので、牡蠣やチヌ(クロダイ)、イシモチ、シズなどの海産物も給食に取り入れています。牡蠣は粉を付けて揚げ、オーロラソースを絡めて提供するメニューが好評です。また、牡蠣の成長に悪影響を与えると考えられるチヌ(食害魚)を駆除するので



給食で備前焼食器を使用

はなく、給食の食材として活用することで、SDGsや食物連鎖の学習につながっています。地産地消に関する食育にも力を入れていて、栄養教諭等が地元の生産者や漁師を取材し、その様子を動画にして給食時間に放映しています。

さらに、小学4年生が社会科の授業で地元の伝統工芸品である備前焼について学ぶ時期に合わせ、給食で備前焼の平皿や汁椀を使用する機会を設けています。児童が実際に備前焼に触れ、その魅力を知るきっかけとなっています。

その他に「AKB献立」という取組もあります。隣接する兵庫県の赤穂市と上郡町、備前市の頭文字を取った名称で、東備西播定住自立圏形成推進協議会の給食部会が行っています。県を越えた隣接地域の交流を深めることを目的とし、お互いの特産物を使った料理や人気メニューを紹介しています。

● 献立作成時の考え方、こだわり

・苅野先生

昆布、かつお節、いりこなどを使い、本物のだしを取ることを大切にしています。おすましや煮物には、できるだけ自然の素材を使っただしを活用したいと考えています。また、減塩の取組として、保健所と連携し、果汁や香味野菜、香辛料を活用し、風味を生かす工夫もしています。

・出井先生

和食や郷土料理、正月のおせち料理、季節ごとの日本の祝い事の献立など、忘れてはいけない食文化を次世代に伝える必要性を感じています。お正月の黒豆や赤飯の小豆、節分の豆など、日本の食文化には豆が

さまざまな形で登場しています。洋風の料理も取り入れつつ、昔ながらのみそやしょうゆとともに豆を大切にしていきたいと考えています。

● 人気メニュー

一番人気は、きなこ揚げパンです。揚げたてのパンに、砂糖と塩を加えたきな粉をまぶします。砂糖と塩はザルでこし、結晶を砕いておくのがポイントです。一つずつビニール袋に入れ、食べやすいようにしています。他にも、カレーライスは定番ですし、キムチラーメンや鶏肉のマーマレード焼きもリクエストの多い献立です。

● 豆を使った料理のエピソード

「噛むこと」をテーマに、給食でクラッシュ大豆をサラダに入れました。子どもたちからは「想像以上においしい」という声が多く、きなこの味がすることや、大豆がきなこや豆腐になることに気づいたようでした。噛むことだけでなく、大豆の加工品について考える機会となり、子どもたちがそうした知識がないことにも気づかされました。

● 児童生徒、教職員、調理員との付き合い方

・苅野先生

児童生徒とは給食の話だけでなく、趣味や部活などの話も交えながら、自然に会話をするようにしています。教職員や調理員とも同様に、何気ない会話を交えて堅苦しくない関係を築くことを心がけています。必要なことはしっかり伝えつつ、普段は楽しく話せる関係作りを大切にしています。



食育授業の様子

・出井先生

私たちは理想の食事やバランスの取れた献立を伝える必要がありますが、実際にはそうではない状況も多いです。特に不登校の子どもたちと接する際には、その子の現状や家庭環境を理解し、目線に合わせて寄り添うことが大切です。「今日はこの献立だから学校に来た」という子や朝食を食べていない子など状況はさまざまであり、その子の背景に目を向け、話を聞いて寄り添いつつ人間関係を築いていくことが大事だと感じています。

● 先生方からのメッセージ

卒業を迎える児童や生徒、保護者には「食べ物や歯を変え、歯は口を変え、口は顔を変え、笑顔は人生を変える」と伝えています。食べるものが自分の体や人生を作る。だからこそ「食」はとても大切なのです。

また「形あるものは消えてしまうけれど、食べた記憶や味覚の体験は一生残る」とも話しています。たとえば「あの時に食べたお母さんの味」は、形としては残らなくても、記憶として心に刻まれます。幼い頃に味わったおいしさは、大人になっても忘れられないものです。「食」は人生に深く関わるかけがえのないものだと考えています。

献立

グレインズサラダ

調理上のポイント & ひとくちメモ

普段食べる機会の少ない穀類や豆を食べやすいようにサラダに入れ、海外でも食されているグレインズサラダに仕上げました。野菜を角切りにすることで穀類や豆と一緒に食べることができます。味付けも子どもたちの好きなドレッシングで和えることで、食べやすくしました。今回は胡麻ドレッシングですが、パンパンジードレッシングで中華風に、青じそドレッシング、和風ドレッシングで和風にもなるので、とてもバリエーションが増えます。食物繊維やビタミン、ミネラルがたくさん入っているので、不足しがちな栄養素も摂取することができます。

調理の様子



調理員の皆さん

材料1人分

- ほしえぬ 10種ミックス 6
(五種豆と五穀)
- キャベツ 10
- きゅうり 10
- 赤ピーマン 10
- コーンカーネル 10
- キューピー 3
- 焙煎胡麻ドレッシング

- ① キャベツ、きゅうり、赤ピーマンを1~1.5cm角に切ります。
- ② スチームコンベクションオープンで野菜を加熱します。
- ③ 真空冷却器で野菜を冷やします。
- ④ ほしえぬ 10種ミックス(五種豆と五穀)とキューピー 焙煎胡麻ドレッシングを野菜と和えて完成です。

<1食当たり栄養価>

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
43kcal	1.0g	1.8g	13mg	10mg	0.3mg	0.1mg
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	
15μg	0.04mg	0.03mg	24mg	1.2g	0.1g	

学校給食での豆の上手な活用方法



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)

公益財団法人 学校給食研究改善協会 理事(現職)

豆類は、古くから日本人の食生活を支える身近な食品です。炭水化物、たんぱく質、ビタミン、ミネラルなどをバランスよく含んでおり、また、食物繊維やポリフェノール等の機能性成分も期待できる健康的な食品といえます。

学校給食においても、食物繊維の供給源として、また日本の食文化を継承する食育の観点からも、豆を使った料理を提供する機会が多くあります。

一方、近年のライフスタイル等の多様化に伴い、家庭料理には時間をかけず、簡便に作られるものが求められています。そのため、乾燥豆のように、水に浸して戻し柔らかく煮含めるといった、調理に時間を要するものは敬遠されるようになり、豆料理が家庭の食卓に上る機会は少なくなってきました。そのためか、子どもたちは豆を食べる体験が少なく、「豆嫌い」の子も多くなっています。

学校給食摂取基準では、食品構成として明確な数値は示されなくなりましたが、豆類と豆製品類は、双方を各々適量摂取することが望まれています。

豆には、ささげ類・インゲン類・えんどう類・そら豆類・大豆類など、ま

た、近年はガルバンゾーやキドニービーンズ・レンズ豆なども加わり多彩な種類があり、日本や諸外国の料理の材料として、学校給食の献立内容を豊かにしています。

調理形態としては、我が国の伝統料理である正月の黒豆や小正月の小豆粥、節分の豆、春秋の彼岸のぼた餅・おはぎ、祝い事に欠かせないお赤飯などが代表的で、日常食としては、主菜として肉等と合わせた煮物、副菜としての煮豆やサラダ、汁物としてのスープやポタージュ、デザートとしてのぜんざい、ゼリー等、すべての調理形態で活用することができます。

乾燥豆には、長期保存が可能であるという利点があり、常備しておいて、時間があるときに浸水しゆでて使うことができます。また、水煮や調理加工品・冷凍食品、マッシュ・ペーストしたものもあり、利用しやすくなっています。

豆類は、一般的に味にクセが少なく、さまざまな食材との相性が良く、調理しやすい食品です。子供たちがおいしく食べられる工夫を学校給食から発信し、毎日の食生活に豆を取り入れる習慣を家庭にも広げることができると思います。

キユーピー商品を使った

人気献立のご紹介

船橋市立市場小学校



栄養教諭

福地 美菜 先生

< 献立組み合わせ > エジプト料理献立

牛乳、コシャリ、ファラフェル、グリーンサラダ



ほしえめ
10種ミックス
(五種豆と五穀)
1kg/6袋
常温
コシャリに
1食16.6g使用
(小学校中学年)



ほしえめ
ガルバンゾ
1kg/6袋
常温
ファラフェルに
1食16.6g使用
(小学校中学年)

先生からひとこと

本校では、月に1～2回、47都道府県の郷土料理や世界の料理を「日本・世界の味の旅給食」として提供しています。その一環でエジプト料理の献立を企画しました。コシャリは、ご飯にマカロニ、パスタ、ひよこ豆、レンズ豆を加え、トマトソースとフライドオニオンをかけて、全体を混ぜ合わせて食べる料理です。給食では配膳のしやすさを優先して、トマトソースにマカロニや豆類を加えました。本来なら豆の種類ごとに茹でなければいけませんが、「ほしえめ 10種ミックス(五種豆と五穀)」は豆も穀類も程よい歯ごたえを残して茹で上がっているの、調理作業面が大きく軽減されました。ファラフェルは、本来は空豆100%で作りますが、食べやすいようにひよこ豆に変更し、マッシュしたじゃが芋をプラスしました。空豆の色を表現するために、ドライパセリと市の特産品である小松菜パウダーを混ぜ込みました。どちらの料理も「また食べたい!」と子ども達からは大変好評でした。

<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
654kcal	22.3g	18.4g	354mg	101mg	2.6mg	3.5mg	225μg	0.65mg	0.52mg	35mg	8.5g	1.9g

キユーピーマヨネーズ発売100周年

学校給食マヨメニューコンテスト結果発表

審査の結果、次の方々が受賞されました。おめでとうございます!

アイディア賞



コーン・セルヴェルドカニュー・サンド

埼玉県さいたま市立善前小学校

栄養教諭 原田真由美 先生



鶏肉の変わりタルタルソース焼き

佐賀県多久市立東原庫舎中央校

栄養教諭 川田孝子 先生



タンドリーチキン

富山県射水市学校給食センター

栄養教諭 大森早紀 先生

地産地消賞



岩手県産鮭のマヨカレーソース

岩手県矢巾町学校給食共同調理場

栄養教諭 本木奈保美 先生



妙高産大豆とブロッコリーのみそマヨ和え

新潟県妙高市立新井中央小学校

栄養教諭 岡田小野江 先生



季節のもろマヨトースト

千葉県野田市立南部小学校

栄養教諭 吉田明子 先生



厚揚げのガーリックマヨ焼き

福井県立高志中学校

栄養教諭 黒羽根七海 先生



でたらめ焼き

三重県大台町立宮川小学校

栄養教諭 駒谷英水 先生

SDGs賞



卵の花サラダ

長野県佐久市学校給食浅科センター

栄養教諭 伊藤文 先生



ごぼうサラダ

秋田県美郷町北学校給食センター

栄養教諭 長澤香 先生

※参考 表彰内容

・アイディア賞 実用性を兼ね備えた画期的なアイディア

・地産地消賞 地場産物とマヨの組み合わせで料理の幅を広げたメニュー

・SDGs賞 食材選びから献立づくりまで、「食材を余すことなく!」にとことん拘られたメニュー

・審査員特別賞 既存の枠にとらわれず、マヨの活用方法を広げられた独創性

※掲載内容は2025年3月時点の情報です。

レシピ詳細や
先生方のコメントはこちら

