

パンの出現率が4四半期連続で増加、
ご飯類は低下続く一方で
〈外食・中食 調査レポート〉

2026年5月20日

サカーナ・ジャパン株式会社

(エヌピーディー・ジャパン株式会社より社名変更)

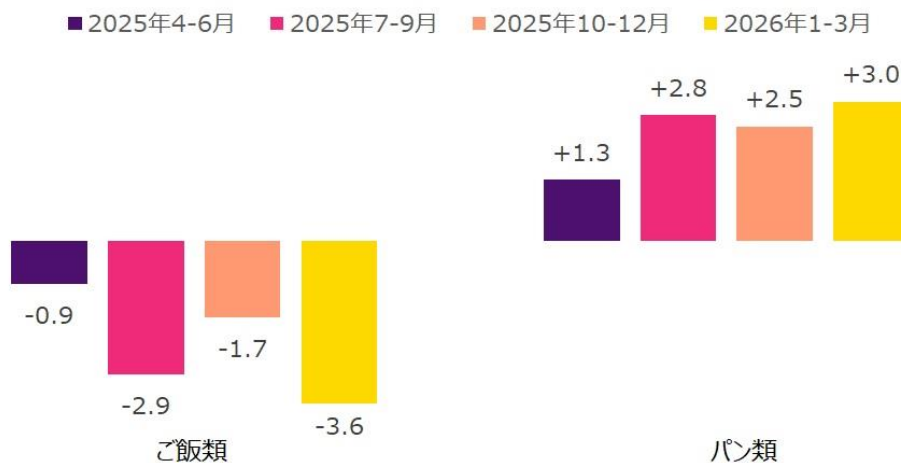
外食・中食市場情報サービス『CREST®^{*1}』を提供するサカーナ・ジャパン株式会社（エヌピーディー・ジャパン株式会社より社名変更、東京都港区、ケビン・ソー代表）は、外食・中食市場レポートを2026年5月20日に公表します。

本分析レポートでは、大きく以下のことが分かります。2026年1-3月計の外食・中食市場におけるパン類の出現率は、前年同期比3.0ポイント増となり、4四半期連続で増加しましたが、ご飯類は減少が続きました。

パン類の出現率は4四半期連続で増加

外食・中食市場における「パン類」の出現率（100食機会当たりの出現数）は、2026年1-3月計に前年同期比3.0ポイント増となり、4四半期連続で増加しました。一方で、「ご飯類」は2026年1-3月計に前年同期比3.6ポイント減で、5四半期連続で減少しました。

ご飯類・パン類の出現率の前年同期比（%）



出典: Circana, CREST®, 2025年4-6月計, 2025年7-9月計, 2025年10-12月計, 2026年1-3月計

サカーナ・ジャパン フードサービスシニアマネージャーである、矢部 忠継（やべ ただつぐ）は、次のように話します。「令和の米騒動による米価格の高騰は、2026年に入り少しは落ち着きを取り戻しつつありますが、依然として高騰前の水準より高い状況が続いています。さらに国民食カレーライスについても、米以外の具材の相場高も影響し、原材料費の上昇が話題となっています。またコンビニなどでのおにぎり価格の上昇も目立ちます。今回の米類の出現率減少の要因としても、カレーライスとおにぎりの減少が影響しています。一方のパン類は、総務省の家計調査で2011年にパンの消費金額が初めて米を抜きましたが、その後もほとんどの年でパンが米を上回っています。米価格の高騰だけでなく、高齢化の進行にともない、炊飯の手間を嫌うシニアのパンを主食とする層が増えたり、タイムパフォーマンス重視の若者が、手軽に食べられるパンを選んだりする流れも続くと思われる。「パン飲み」も人気が続いています。パンカテゴリーには様々な種類のパンがあり、お手頃価格のものからこだわりの高級パンまで、バリエーションの豊かさもパンが支持される理由と考えられます。シーンや予算に合わせた商品提案に商機がありそうです。」

*1 **CREST®**

外食・中食市場において「いつ、誰が、どこで、何を、どのように食べ、どの程度満足したか」など消費者のあらゆる喫食動態データを1年365日、消費者から収集し、年間13万を超えるサンプル数を元に分析できる情報サービスです。外食市場規模、中食市場規模、客数を業態、セグメント別に把握可能です。世界13か国で実施。

詳細 URL: <http://www.npdjapan.com/service/food.html>

■本件に関するお問い合わせ先

サカーナ・ジャパン株式会社

担当：東（あずま）さやか

〒108-0023 東京都港区芝浦 3-6-5 Biz Feel 田町 2F

TEL : 03-5798-7663

Email : circanajapan.info@circana.com

■会社概要

会社名 サカーナ・ジャパン株式会社（エヌピーディー・ジャパン株式会社より社名変更）

英名 Circana Japan Ltd.

設立年月日 2003年 3月 31日

所在地 〒108-0023 東京都港区芝浦3-6-5 Biz Feel 田町 2F

TEL (03) 5798 - 7663

資本金 80,000,000円

所属団体 一般社団法人日本マーケティング・リサーチ協会



代表者 ケビン・ソー