



令和7年4月1日
市場こども園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新しい園、新しいクラス、新しい友だち、新しい先生…ドキドキ、わくわくの新年度がスタートしました。毎日の給食を通して、食べることの楽しさや食に関する様々な体験を楽しんでもらえるように心がけていきたいと思ひます。今年度もよろしくお願ひいたします。



給食がはじまります

初めて園に登園されるお子さんは、みんなで食べる昼食やおやつに慣れるまで少し時間がかかるかもしれませんが、4月初めは、ご家庭で食べ慣れている献立を多く取り入れています。又、年間を通して旬の食材を取り入れ、園の畑で採れた野菜なども使った給食・おやつを作ります。調理室前の給食展示ケースに『本日のメニュー』を展示していますので(17時過ぎまで)、帰り際にご覧いただき、お子さんと今日食べたもののお話のきっかけにさせていただけたら嬉しいです。



給食では旬の食材を取り入れた季節感のある献立を心がけています。

冬の間は寒さから身を守るために、脂肪を蓄えて『冬の体』を作ります。

春になると体に溜めこんだ脂肪や老廃物を排出し『春の体』にシフトチェンジする必要があります。

今年度は給食でいろいろな土地の食べ物に触れてみよう♪ということで、世界に飛び立ち、ご当地のおやつや料理の旅をしたいと思っています。お楽しみに☆

たのしみ
Happiness
qī dài



ジーローハン



世界の料理の旅 今月は… 台湾

ジーローとは中国語で鶏肉のことで、ハン

は飯のことを指します。

ジーローハンもルーローハンと同じく庶民的なB級グルメ的な要素もある食べ物。第二次世界大戦が終わったあと、今で言う鶏肉が高価だった時代に、台湾に駐留していた米軍が持ち込んでいた火雞(七面鳥)を嘉義県で養殖し、その普及した火雞を使って現地の料理人林さんが作った料理が火雞肉飯と呼ばれ、それが台湾各地に広がり嘉義火雞肉飯と呼ばれるに至ったそう。

台湾カステラ



台湾カステラとは、台湾北部にある淡水(ダンシュイ)という町の名物。現地では「現烤蛋糕(シエンカオダンガオ)=焼きたてのケーキ」や「古早味蛋糕(グーザオウェイダンガオ)=昔ながらのケーキ」と呼ばれ親しまれている。日本が台湾を統治していた時代に、日本から持ち込まれたカステラを台湾人好みの味に改良したのが誕生のきっかけ。材料の違いはほと

んどないが、大きく違う点は小麦粉の種類。台湾カステラには薄力粉、普通のカステラは強力粉を使っている。薄力粉を使うことでケーキのような、ふんわりしたやわらかい食感に。



ぱんだ組、きりん組、ぞう組さんは毎日白ご飯を持ってきますが、新しい環境に慣れるまではごはんの量は少なめをお願いします。

少しずつ活動量も増え、生活のリズムができてくると食事の量も増えてくるでしょう。

個人差がありますので、お子さんの家庭での食事量をみながら加減をしてみてくださいね。



給食だよりでは食に関するさまざまな情報を発信していきたいと思ひます。

また、子どもたちに向けた食育活動としてクッキングや野菜栽培などの活動にも取り組みたいと思ひますのでよろしくお願ひいたします。

