

令和7年度

八尾市立認定こども園

調理室

食育だより



1月号



寒さが一段と増してくる季節です。温かく栄養のあるものを食べて体調を崩さないようにしましょう。

郷土料理について

郷土料理とは？

その地域の産物を使い、地域ならではの調理方法でつくられた伝統的な料理のことです。

日本は南北に長く、四季の変化や豊かな自然があることから、各地域でその土地の産物を使った様々な郷土料理があります。



大阪の郷土料理

大阪は「天下の台所」の名にふさわしく、江戸時代から日本各地の産物が集まり、全国の商人など万人に好まれる料理や味付けで工夫を重ねて、きつねうどん、お好み焼き、たこ焼きなど色々な料理が誕生しました。



こども園の食事やおやつにも大阪の特産物を使った献立があります。



- ・若ごぼうの炊き込みごはん・しろ菜のゆかり和え・かしわのすき焼き風煮（奈良県）
- ・若ごぼうのきんぴら・しろ菜のおひたしなどの献立があります。



若ごぼう（葉ごぼう）は、八尾市の特産野菜で旬は2月～3月です。栽培するようになったのは昭和初期からで、葉も茎も根も全部食べることができ、香りと歯ごたえを楽しめます。

お問い合わせ：八尾市役所 こども施設運営課

TEL (072) 924-3840

メールアドレス kodomoshisetsu@city.yao.osaka.jp



八尾市HPはこちら／
バックナンバーもご覧になれます。＼公式Instagramはこちら／