

Main menu table with columns for month (March), day (Monday-Friday), and meal details. Includes a large 'World Cuisine' section for March 17th featuring Chinese food, and a 'Graduation' section for March 25th. Each meal entry lists ingredients and their quantities.

「世界の料理を知ろう！」 中華人民共和国 3月17日
中国料理は、自然豊かで広大な土地から生まれ、4000年にもおよぶ長い歴史をもつ料理です。地域によって、北京料理・四川料理・広東料理・上海料理と分けられ、それらは「中国四大料理」と言われています。気候や手に入りやすい食材など、地域ごとの特性に合わせて発展してきました。
「タンホータン(蛋花湯)」は、基本の中華スープです。「タン(蛋)」は「卵」、「ホー」は「花」、「タン(湯)」は「スープ」という意味で、スープの中の卵が花のように広がっていることからそう呼ばれるようになりました。
「ホイコーロ(回鍋肉)」は、四川料理のひとつです。お祭りの貢ぎ物として捧げた茹で豚の塊を、祭りの後おいしく食べられるようにと考えられた料理で、一度茹でた豚肉を再び鍋に戻して炒めることが名前の由来となっています。



Summary table for nutritional values (栄養価) including Energy (kcal), Protein (たんぱく質), Fat (脂質), Calcium (カルシウム), Magnesium (マグネシウム), Iron (鉄), Lead (亜鉛), Vitamin A, B1, B2, C, and Fiber (食物繊維).