

# 2月のお献立

山県グリーンポートテイクアセンター

	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
ごはん	ごはん	恵方巻き	ごはん	ごはん	カレー南蛮	ごはん
食	大根の味噌汁 選ぶおかず 豆腐サラダ バナナ	いわしつみれ汁 五目豆煮 いちご	茄子の味噌汁 すき焼き ほうれん草の錦糸和え みかん缶	きのこ汁 鰯の西京焼き 胡瓜の酢の物 黄桃缶	ごはん イカと青梗菜の炒め ヨーグルト和え	豆腐の味噌汁 シーフードステーキ 金平ごぼう 春雨の中華和え
間食	もみじまんじゅう 玄米茶	たまごボーロ ほうじ茶	プリン	カスタードケーキ レモンティー	どら焼き ほうじ茶	抹茶まんじゅう ほうじ茶
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
ごはん	ごはん	ごはん	山菜そば	ごはん	ごはん	ドライカレー
食	もやしの味噌汁 豚肉のしぐれ煮 長芋とわらびの煮付 パイン缶	コーンポタージュ 選ぶおかず カリフラワーサラダ フルーツポンチ	ごはん 里芋味噌かけ 黄桃缶	さつま芋の味噌汁 鶏肉の照り煮 ほうれん草のゆず和え バナナ	すまし汁 選ぶおかず ごぼうの煮付け みかん	コーンポタージュ ハートのクロック フルーツカクテル
間食	栗もなか 玄米茶	バナナカステラ カフェオレ	たい焼き 玄米茶	シフォンケーキ ミルクティー	黒糖まんじゅう 玄米茶	チョコケーキ
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
ごはん	味噌煮込みうどん	ご飯	散らし寿司	ごはん	ごはん	松花堂弁当
食	ご飯 春菊のおひたし 洋梨缶	かぶのポトフ キャベツのソテー スパゲティ-サラダ バナナ	すまし汁 天ぷら盛り合わせ ほうれん草のお浸し オレンジ	クリームシチュー 大根サラダ コンポート	すまし汁 味噌おでん インゲン炒め みかん	冬の生姜ご飯・豆腐の味噌汁 大根のからし 菜花のゴマ和え 金平ごぼう・パイン缶
間食	肉まん ほうじ茶	たこ焼き 玄米茶	ぶどうゼリー	レモンケーキ ミルクティー	ミルクケーキ カフェオレ	カステラ ほうじ茶
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
ごはん	ごはん	スパゲティ-ナポリタン	エビピラフ	ごはん	ごはん	ごはん
食	貝だくさん汁 鶏唐揚げ薬味ソースかけ さつま芋の炒り煮 みかん缶	ごはん コンソメスープ アスパラサラダ パイン缶	コーンポタージュ チーズハンバーグ グリーンサラダ バナナ	韓国風スープ 選ぶおかず 大根の青じそ和え みかん	豆腐の味噌汁 ホキの菜種焼き 長芋の白煮 菜花のわさび和え	わかめの味噌汁 豚肉の生姜焼き いか里芋 りんごのコンポート
間食	いちごのヨーグルト カルシウムウエハース	クリームコンフェ レモンティー	マーブルケーキ レモンケーキ	田舎まんじゅう ほうじ茶	ロールケーキ カフェオレ	紫芋まんじゅう 玄米茶
画						
食						
間食						

平成27年

## 選べる おかず メニュー

2日 月曜日

A: 鶏ももの南蛮煮  
B: 太刀魚のねぎ味噌焼き

10日 火曜日

A: ホキのポテトサラダ焼き  
B: 鶏肉のチーズ焼き

13日 金曜日

A: 鯖のつけ焼き  
B: 豚肉の生姜焼き

28日 木曜日

A: かに玉あんかけ  
B: 八宝菜

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。

### アケの語 その二十二 ~ 今年のお恵方は... ~

2月は「節分」があります。「節分」とは本来、季節の変わり目の意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指していました。特に江戸時代以降は、立春が1年の初めと考えられることから、次第に「節分」と言えば春の節分(2月3日)を指すものになりました。

●豆まきとは●  
一般的には、豆まきは年男(その年の干支を持つ男の人)または一家の主が炒った豆をまき、まかれた豆を自分の年齢の数だけ食べます。自分の年の数より1つ多く食べると体が丈夫になり風邪をひかないとも言われています。

●鬼は外!となぜ言うて投げるのか●  
豆まきで鬼に豆をぶつけることにより邪気を追い払い、一年の無病息災を願うという意味合いがあります。また、悪魔のような鬼の目「魔目(まめ)」にめがけて豆を投げれば、「魔が減する」という意味があるとも考えられています。これらの意味から豆は鬼を払う道具でありながら、鬼そのものとしてとらえられていたようです。

そのため、節分の豆まきの際には鬼である豆を家の外に投げながら「鬼は外!」と言います。

●恵方巻き●  
恵方巻は節分の日に“福を巻き込む”太巻き寿司を、その年の恵方(歳徳神の居るとされる方向)を向いて無言で丸かじりすると、一年間健康でいられると言われていいます。「縁を切らないために包丁を入れない」ということで、まるごと食べることになったそうです。2015年の恵方は西南西ですので、その方向を向いて丸かじりしましょう!!

#### ☆お知らせ☆

- 2月3日(火)・・・恵方巻き
- 2月14日(土)・・・バレンタインデー
- 2月18日(水)・・・ひな祭り会
- 2月17日(月)～22日(土)・・・冬のあったか週間