



今年の『節分』は2/2(火)です。節分とは立春の前日のことで、冬と春の変わり目である節分には邪気が入りやすいと考えられていたため、鬼を払う行事が生まれました。節分に食べると縁起がいいと言われているイワシや豆を食べて、邪気を追い払い、新しい季節を迎えましょう。



かわら版



高齢者施設向け



食材供給サービス



イメージ画像

栄養価

エネルギー(kcal)	278
たんぱく質(g)	19.4
脂質(g)	13.0
炭水化物(g)	20.9
ナトリウム(mg)	1061
食塩相当量(g)	2.7

No.	商品コード	商品名	1人前使用量	単価(円)	規格	1人前原価(円)	調理方法	アレルギー物質(特定原材料)
①	1135003	いわしかつお節煮	1切	416	5切	83.20	湯煎/約10分	小麦
②	2495001	花形人参	1枚	117	20枚	5.85	冷蔵解凍	小麦
③	1010193	ほうれん草と油揚げのお浸し	30g	585	480g	36.56	冷蔵解凍	小麦
④	2580003	厚焼き玉子(関東風)	2切	529	24切	44.08	冷蔵解凍	卵
⑤	2300019	鶏肉の黒酢風味	1人前	634	12人前	52.83	湯煎/約10分	小麦、乳、卵
⑥	2105005	ひじき豆	20g	205	200g	20.50	冷蔵解凍	小麦
⑦	1725021	赤かぶ漬け	10g	242	200g	12.10	冷蔵解凍	小麦
計						255.12		

※1人当たりの原価は255.12円となっておりますが、月間を通し240円前後で作成しております。

節分にまつわる食べ物のお話

節分にまつわる食べ物をご紹介します。節分には“大豆”や“いわし”を食べます。

“大豆”は炒り豆を使います。生豆を使わないのは『拾い忘れたものから芽が出る」とよくないことがある』といわれているからです。

“大豆”の持つ力で邪気をはらう、1年間の無事を祈る、また、“いわし”を食べることで陰の気を消してしまふ、臭みで鬼を近づけない、魔除け、などの意味があるといわれています。

昔から季節の変わり目には『鬼』が生じると考えられており、その『鬼』を追い払うために豆まきが行われるようになりました。

『鬼』に豆をぶつけることで邪気を追い払い、1年の無病息災を願います。



恵方巻きにまつわるお話

今年の恵方は『南南東』です。

なぜ節分の日に決まった方向を向いて食べるのかというと、そもそも“恵方”というのは『歳徳神(としとくじん)』という神様のいる場所を指します。『歳徳神』はその年の金運や幸せを司る神様のことです。また、『歳徳神』のいる場所は毎年変わります。

『歳徳神』のいる方向に向かっていろいろなことを行うと縁起が良いとされており、神様がいらっしゃる先である“恵方”を向いて、『恵方巻き』を食べることになったといわれています。



おすすめ商品

1840008 巻き寿司 12貫カット

規格	12個
単価	600円
盛付量目安	28g/個
1個あたり原価	50.0円
調理方法	湯煎/約10~15分

1840009 黒米ロール

規格	15個
単価	1,025円
盛付量目安	28g/個
1個あたり原価	68.4円
調理方法	湯煎/約15分

1840002 いなり寿司

規格	12個
単価	560円
盛付量目安	40g/個
1個あたり原価	46.7円
調理方法	湯煎/約15~20分

3月号予告

春の日 特別献立