

2月献立表

ぴあはーと市が尾

	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
朝和食	五目玉子焼き 温野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉団子と野菜の旨煮 春菊の辛子マヨ和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き 玉ねぎのおかか和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	海老団子の炊合せ マカロニサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ベーコンとじゃが芋の玉 胡瓜のゆかり和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	豆腐ハンバーグ 白菜のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	炒り玉子 ごぼうとツナのサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	巣ごもり玉子 おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	イタリアンオムレツ 温野菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳	肉団子と野菜のスープ煮 小松菜のドレかけ 玉子サンド 牛乳	目玉焼き オニオンサラダ ジャム パン スープ 牛乳	海老つみれのコンソメ煮 マカロニサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳	アンサンブルエッグ フレンチサラダ ジャム パン スープ 牛乳	豆腐ハンバーグ 白菜のマヨ和え ジャム パン スープ 牛乳	チーズ入りスクランブル ごぼうとツナのサラダ ジャム パン スープ 牛乳	巣ごもり玉子 おさつサラダ ジャム パン ポタージュ 牛乳
昼食	鱈の照り焼き 果物 高野豆腐の炊合せ ほうれん草のお浸し ご飯 すまし汁 	助六寿司 鯛つみれの煮物 青梗菜のお浸し すまし汁  果物	牛肉の柳川煮 果物 厚揚げの炒め物 いんげんのお浸し ご飯  すまし汁	豚肉の生姜焼き 揚げ茄子 果物 茸のおろし和え ご飯  味噌汁	黄金カレーの山椒煮 大根のくずあんかけ 青梗菜のお浸し 果物 ご飯  味噌汁	ほうれん草クリームスパ ナゲット グリーンサラダ スープ  果物	鱈のちり蒸し 筑前煮 果物 オクラの梅肉あえ かやくごはん  すまし汁	牛肉のトマト煮 果物 アスパラのガーリック炒め イタリアンサラダ ご飯  スープ
おやつ	バニラムース	エクレア	杏仁豆腐	黒糖まんじゅう	チョコババロア	シフォンケーキ	イチゴムース	たい焼き
夕食	鶏肉と大根の煮物 焼きビーフン 白菜の胡麻酢和え ご飯 味噌汁	カレーの南蛮漬け さつま芋のレーズン煮 大根のしそ和え ゆかりご飯 味噌汁	カニクリームコロッケ じゃが芋の甘辛炒め 野菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁	赤魚のブイヤールベース風 小松菜の炒め物 れんこんサラダ ご飯 スープ	鶏肉の南部焼き ごぼうのおかか煮 じゃこの酢の物 ご飯 すまし汁	白身魚のマヨネーズ焼き キャベツとツナのソテー もやしとカニカマの和え ご飯 すまし汁	豚の角煮 じゃが芋の細切り炒め いんげんのお浸し ご飯 味噌汁	太刀魚の袖庵焼き さつま揚げの煮物 焼きナス ご飯 味噌汁

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。

2月献立表

ぴあはーと市が尾

	9日(土)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝和食	ウインナーと野菜の旨煮 春雨の和え物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	照り焼きつくね 花野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	和風ロールキャベツ もやしの辛し和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ハムエッグ ポテトサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	海老と茸のソテー ブロッコリーの和え物 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	厚焼き玉子 アスパラの辛子和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	豆腐のそぼろあん掛け 青梗菜のお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	鶏肉と野菜の旨煮 胡瓜のゆかり和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	ウインナーポトフ 春雨サラダ ハムチーズサンド 牛乳	つくねのチーズ焼き 花野菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳	ロールキャベツのクリーム煮 玉子ともやしのドレ和え ジャム パン スープ 牛乳	ハムエッグ ポテトサラダ ジャム パン スープ 牛乳	海老と茸のソテー グリーンサラダ ジャム パン スープ 牛乳	スパニッシュオムレツ アスパラのドレ和え ジャム パン ポタージュ 牛乳	豆腐グラタン かぶのマリネ ジャム パン スープ 牛乳	鶏肉と野菜のコンソメ煮 コーンサラダ ツナサンド 牛乳
昼食	八宝菜 果物 カニシューマイ 青菜のピーナッツ和え わかめ飯 中華スープ	ハヤシライス ミモザサラダ 彩り野菜のマリネ スープ 果物	フライ盛り合せ 果物 里芋のそぼろあん いかと胡瓜の梅肉あえ ご飯 すまし汁	牛肉のすき煮 果物 竹輪の磯部揚げ トマトと玉葱の甘酢和え ご飯 すまし汁	五目うどん がんもの煮物 ごま豆腐 果物	鶏肉のハニーマスタード さつま芋のレモン煮 アボカドサラダ 果物 ご飯 スープ	キスの天婦羅 果物 じゃが芋の味噌バター炒 キャベツの辛子和え ご飯 すまし汁	豚しゃぶのおろしポン酢 海老真薯の煮物 果物 もやしと椎茸の和え物 かやくご飯 味噌汁
おやつ	ブルーチェ	オレンジケーキ	マンゴープリン	酒まんじゅう	いちごゼリー	チョコケーキ	抹茶ババロア	チーズケーキ
夕食	鶏肉の竜田揚げ 冬瓜のカニあんかけ 長いもの磯和え ご飯 スープ	メバルの照り煮 レンコンの精進炒め 青菜の磯和え ご飯 すまし汁	鶏肉の柚子胡椒焼き 切干大根の煮物 小松菜のお浸し 菜飯 味噌汁	鯖の味噌煮 豆苗とひき肉の炒め物 水菜の和え物 ご飯 味噌汁	豚肉の黒酢炒め 南瓜の含め煮 白菜のお浸し ご飯 すまし汁	鱈の生姜煮 切り昆布の炒め物 しらすおろし ご飯 味噌汁	ハンバーグ 春雨の炒め物 ほうれん草サラダ ご飯 スープ	鯖の西京焼き 里芋の煮っころがし 水菜の生姜和え ご飯 すまし汁

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承ください。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承ください。

2月献立表

ぴあはーと市が尾

	17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)	22日 (土)	23日 (日)	24日 (月)	
朝和食	オムレツ カリフラワーの甘酢漬け 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	つくねの照り焼き おさつサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	目玉焼き キャベツのお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	筑前煮 アスパラのドレ和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	炒り玉子 ごぼうとツナのサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	だし巻き玉子 ポテトサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ウインナーと野菜の旨煮 ほうれん草のごま和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	豆腐ハンバーグ 花野菜サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	
朝洋食	オムレツ 彩り野菜のマリネ ジャム パン ポタージュ 牛乳	つくねのチーズ焼き おさつサラダ ジャム パン スープ 牛乳	目玉焼き コールスローサラダ ジャム パン スープ 牛乳	チキンのクリーム煮 アスパラサラダ ジャム パン スープ 牛乳	スクランブルエッグ ごぼうとツナのサラダ ジャム パン スープ 牛乳	チーズオムレツ ポテトサラダ ジャム パン スープ 牛乳	ウインナーポトフ レタスとツナの和え物 ジャム 玉子サンド 牛乳	豆腐ハンバーグ 花野菜サラダ ジャム パン スープ 牛乳	
昼食	チャーハン シュウマイ アスパラのマヨ和え 中華スープ 果物 	鶏肉の山椒味噌焼き レンコンの甘辛炒め かぶの甘酢漬け 果物 ご飯  すまし汁	 <p>バースデー ランチ</p>		焼きそば 春巻き 中華サラダ 中華スープ 果物 	鱈の柚香焼き 果物 ひじきの炒り煮 青梗菜のお浸し ご飯  すまし汁	牛肉のオイスターソース 厚揚げの煮物 果物 マカロニサラダ ご飯  味噌汁	鯖のネギみそ焼き 大根の金平風 果物 青菜の辛子和え ご飯  すまし汁	カレーライス グリーンサラダ 福神漬け スープ  果物
おやつ	人形焼き	青りんごゼリー	お誕生会ケーキ	いちごパバロア	どら焼き	ようかん	シュークリーム	パインゼリー	
夕食	海老フライ ピーマンとじゃこの炒め 青菜の磯和え ご飯 味噌汁	鱈の煮付け 若竹煮 レタスとツナの和え物 ご飯 味噌汁	牛肉のしぐれ煮 大根の海老あん 青菜の辛し和え ご飯 味噌汁	ぶりの照り焼き 車麩の含め煮 ワカメとカニカマの和え ご飯 すまし汁	豚肉のマスタード焼き 舞茸とベーコンのソテー アボカドサラダ ご飯 スープ	赤魚の塩麹焼き 根菜の炒め物 青梗菜のお浸し ご飯 すまし汁	鶏肉のくわ焼き 高野豆腐の炊合せ 長いもの磯和え ご飯 味噌汁	カレイの磯部揚げ 焼きビーフン もやしの錦糸和え ご飯 味噌汁	

※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承願います。

※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承願います。

2月献立表

ぴあはーと市が尾

	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)
朝和食	ハムエッグ 大根サラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	ひき肉と野菜の炒め物 いんげんのお浸し 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	肉団子の煮物 かぼちゃサラダ 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳	五目玉子焼き カリフラワーの甘酢和え 佃煮 ご飯 味噌汁 牛乳
朝洋食	ハムエッグ 大根サラダ ジャム パン スープ 牛乳	ひき肉と野菜のソテー イタリアンサラダ ジャム パン スープ 牛乳	肉団子と野菜のスープ煮 かぼちゃサラダ ジャム パン スープ 牛乳	プレーンオムレツ カリフラワーのマリネ ジャム パン スープ 牛乳
昼食	鮭の照り焼き 果物 揚げだし豆腐 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	牛肉と里芋の煮物 果物 ニラ玉 人参のピーナッツ和え ご飯 味噌汁	きつねそば 牛肉コロッケ かぶの浅漬け 果物	豚肉と茸のおろしポン酢 里芋の柚子味噌掛け 白菜のお浸し 果物 菜飯 すまし汁
おやつ	カステラ	バナナムース	チョコ饅頭	ヨーグルトムース
夕食	鶏肉のハチミツレモンソ 茸のソテー コーンサラダ ご飯 すまし汁	白身魚のマヨネーズ焼き かぶのカニあんかけ ブロッコリーのドレかけ ご飯 スープ	親子煮 卵の花 三色和え ご飯 味噌汁	メバルの照り焼き 車麩の煮物 小松菜の山葵和え ご飯 味噌汁



その昔、冬から春の季節の変わり目はまだ寒く体調を崩しやすいこともあり、邪気（病気や災害）が入りやすいと考えられてきました。旧暦では立春が新年の始まりであり、立春の前日は大晦日を意味していました。そこで平安時代の宮中では新しい年を迎える立春の前日に、邪気（鬼）の象徴「鬼」を祓い、清めて新年を迎え、1年間の無病息災を祈る儀式として、追儺（ついな）と呼ばれる行事が行われていました。

これが室町時代以降庶民の間に広まり、邪気（鬼）を払い1年間の無病息災を祈る「節分」の行事として「豆まき」が定着したと



※仕入れの都合により、献立を変更せざるを得ない場合がございますので予めご了承ください。
 ※写真はイメージになります。実物と異なる場合がございますのでご了承ください。