



鬼は外!!
福は内!!

令和4年

今年の恵方は

北北西

食堂から見て
特米弁当の方角です!

今月の献立



土浦一高 / 定時制

日	火 1	水 2	木 3	金 4
6	ごはん いかと里芋の煮物 揚げ棒餃子 みそ汁 牛乳	かしわめし ミートボール わかめとえのきのお浸し 鮭の粕汁 牛乳	恵方巻 鰯さんが焼 白菜キムチ 春菊のおすまし 福豆・牛乳	ダールカレー 笹身の和えもの 牛乳
7	天丼 (海老かき揚げ・鶏天・オクラ) 青梗菜みそ汁 ラ・フランスゼリー 牛乳	もち麦ごはん なすと鶏肉の味噌炒め だし巻き玉子 半平のお澄まし 牛乳	カオマンガイ 南瓜チーズフライ スパゲティサラダ ゲーンチューウンセン 牛乳	2.11 建国記念日
14	鶏とあさりのパエリア スパニッシュオムレツ ねぎのポタージュ バレンタインチョコ 牛乳	ごはん ポーク焼売 野菜の土佐和え 酸辣湯 牛乳	ビーフストロガノフ セロリと春雨のサラダ 牛乳	ごはん タンドリーチキン 大根サラダ ほうれん草と卵のスープ ショア
21	肉うどん・そば きゅうりと枝豆のサラダ 牛乳	ごはん ブリの香味揚げ ひじきの磯煮 太平燕 牛乳	黒パン フライドチキン 蓮根サラダ クリームシチュー 牛乳	雛ちらし寿司 いか焼売 ハムサラダ あさり汁 桜餅・牛乳
28	お赤飯 手羽元甘辛煮 春雨サラダ けんちん汁 牛乳	2月3日は 節分 です		

棒餃子は台湾の夜市や屋台でよく見かけるローカルフードです

ゲーンチューウンセンは肉団子の入ったタイの春雨スープです

大阪では鶏肉を「かしわ」と呼ぶそうです

なめろう(魚を刻み味噌で和えたもの)を焼いたのがさんが焼きます

ダールはヒンディー語で豆類の意味です

16世紀のロシアの貴族ストロガノフ家の家伝の一品がビーフストロガノフです

日本ではとろみのついたスープをポタージュ、澄んだものをコンソメといます

お赤飯の豆は小豆(あずき)ではなく大角豆(ささげ)です

太平燕(たいびーえん)は熊本のご当地グルメです

明日は卒業式です



節分は「季節を分ける」ことから節分といいます。この日に豆をまくことで邪気を払い福を呼び込むと考えられています。「鬼」というのは人の心に住んでいる怒ったり欲張ったり悪いことをしてしまう心です。そんな心の中にある悪いものを外に出すために「鬼は外」と言い、この一年間病気などにかからず無事に過ごせることを祈って「福は内」と言います。

