



新年あけまして
おめでとうございます

昨今は、食材を含むたくさんの物価が上がり日々の生活が大変なものとなりました。また、年々加速する地球温暖化による平均温度の上昇による水不足や熱中症などこの十年間で明らかな変化を感じることとなりました。昨年はガソリンの暫定税率の廃止があり、今後は食材の物価上昇が落ち着き、生活が豊かになるよう期待しています。

栄養科では、季節の食材を使い、少しでも入院患者様に喜んでもらえるよう一生懸命頑張っています。どうぞご期待ください。

栄養科行事食
おせち料理献立

梅しそごはん
ぶりの塩焼き
豚角煮
伊達巻
きんとん
割醤油お浸し
かまぼこ
すまし汁
寿・練り切り



鏡餅の由来

そもそも鏡餅とは？



鏡餅は、新年の神様である年神様を迎えたときの居場所です。新年のお正月行事に対する

基本的な考え方は、年神様を迎え、おもてなしをするものです。そして年神様を見送るためのものです。

そのときに必要とされるのが鏡餅という神様の居場所といわれています。年神様は、鏡餅に依ることによって年神様の御魂が宿り、そして御魂の宿った鏡餅をお雑煮にすることで、私たちは年神様から魂をいただくのです。

なぜ鏡餅と呼ばれるの？

鏡餅の鏡は丸い鏡を指しています。鏡は太陽の光を受けて光ることから、太陽の神様である天照大神に見立てられ、神様が宿るものとして古くから三種の神器のひとつとされてきました。つまり鏡餅とは、神様に捧げる稲の霊が宿ったお餅を、神様が宿る鏡に見立てているもの。鏡餅が二段になっているのは「福を重ねる」「円満に年を重ねる」といった意味があるそうです。また、大小ふたつで月と太陽を表し、「夫婦和合」の意味もあります。

鏡餅の上になぜみかん？

そもそも鏡餅の上にのせられている果物は、実はみかんでなくだいいです。

だいいは、冬になって青い実が熟した後、春になって実が落ちず、枝についたままになっている果物。何年も実が付いたまま落ちないことから、家族や家庭が代々引き継がれ、長寿であることの縁起を担いでいるのです。

みかんの色はだいい色

鏡餅の上にのせられているだいいの代わりに用い

一品料理

ぶいフライ

【材料:2人分】

* ぶりの切り身(100g)・・・2切

* 薄力粉・・・10g

* パン粉・・・30g

* 揚げ油・・・適量

バター液

(* 卵1個 * 牛乳 30ml * 薄力粉 30g)

* キャベツ(付け合わせ)・・・2枚

* 中濃ソース・・・適量



られたのが、同じ色をしたみかん。だいいと見た目が似ていること、鏡餅にのせるのにちょうどいいサイズだったのが理由ではないかと言われています。鏡餅にみかんをのせる理由には、古き良き日本の風習や思いがあります。

【作り方】

① ボウルにバター液の材料を入れ混ぜ合わせる。

② ぶりに薄力粉をまぶす。

③ ②を①にくぐらせ、パン粉をつける。

④ 鍋底から5cm程の高さまで油を注ぎ、170℃に温めたら③を衣の部分がきつね色になり、火が通るまで4分程度揚げ、油切りをする。

⑤ 皿に千切りにしたキャベツを盛り、④を盛り付け、お好みでソースをかけ完成です。