



ソレアード
新白岡
平成29年4月

ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3 青椒肉絲  546kcal 切り干し大根の中華風煮 チンゲン菜のカニカマ和え	4 めばるの薄口煮  552kcal きんぴらごぼう 小松菜の白和え	5 チキン南蛮  707kcal 刻み昆布煮 ほうれん草のからし和え	6 カレーの香味だれ  549kcal こんにゃくと鶏肉のピリ辛煮 小松菜のささみ和え	7 鯖の幽庵焼き  468kcal 五目煮 もやしのごま酢和え
10 鮭のちゃんちゃん焼き  569kcal かぶとひき肉のとろ煮 三色和え	11 豚肉とタケノコの オイスター ソース炒め  619kcal ちくじゃが 春雨の酢物	12 鯖の照り焼き  573kcal 若竹煮 菜種和え	13 ビーフカレー  659kcal 菜の花のからし和え ポテトサラダ	14 野菜と鶏のピリ辛煮  522kcal 揚げだし豆腐 水菜となめこの和え物
17 とんかつ おろしポン酢  663kcal ひじきの煮物 和風サラダ	18 さばの味噌煮  560kcal 高野豆腐の煮物 菜花の桜和え	19 タラのホイル焼き  532kcal 里芋の含め煮 とろろ	20 豚肉とアスパラの 梅しそ巻  568kcal かぶのクリーム煮 キャベツサラダ	21 ハンバーグ  663kcal 切り干し大根 マカロニサラダ
24 さわらの西京焼き  534kcal キャベツとエビの炒め物 菜花のお浸し	25 クリームシチュー  702kcal グリーンサラダ きのこソテー	26 鮭の和風ムニエル  524kcal かぶの煮物 小松菜の海苔和え	27 豚肉の生姜焼き  574kcal 白菜の煮浸し きゅうりのゆかり和え	28 天ぷら・うどん  600kcal 豚肉とタケノコの細切り炒め うどの酢味噌和え



食べすぎ注意!



※メニューは都合により変更する場合がありますのでご了承ください

納豆の由来・歴史

納豆の歴史・起源についての雑学・豆知識です。納豆は偶然にできあがった食品であることをご存知でしょうか？



偶然で生まれた「納豆」

後三年の役で、源義家(八幡太郎義家)が農民から供出させた煮豆をとりあえずムシロで包んで持っていたところ、豆が糸を引くようになっていました。

腐ったのかと思えば、香ばしい匂いがします。試しに口にしたら美味しかったので家来に研究させたというのが「糸引き納豆」の起源だそうです。

納豆の起源はもっと古く、弥生時代だという説もあります。ただし、裏づけがありません。

後三年の役の「糸引き納豆」の起源よりも前に納豆に類したものが存在していたことは確かなようです。

いずれにせよ「偶然生まれた食品」が「納豆」です。

なにか食べたいものがありましたら、リクエストお願いします！

～厨房より～



納豆オムレツ♪

納豆嫌いの方にも
おススメです！
埼玉県白岡市新白岡8-12-3
ソレアード新白岡デイサービスセンター
お食事満足度アップ委員会
電話:0480-90-5117
※ご意見などありましたらお寄せください

