

ソレアード
新白岡
2024年7月

ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1 鶏肉のトマトソース  604kcal さつまいものレモンサラダ ピクルス	2 太刀魚の蒲焼き  507kcal 冬瓜の冷たい煮物 胡瓜とカニカマの酢の物	3 岐阜だよ！ ソレアード 鶏ちゃんを 作りましょう 	4 鯖の幽庵焼き  561kcal 彩り卵焼き 春雨サラダ	5 冷しゃぶと夏野菜の 白みそだれ  522kcal 冷奴 梅なめたけのせ なすと胡瓜の浅漬け
8 鶏肉のうま煮  619kcal 豆腐の海老あんかけ 新玉ねぎのマリネサラダ	9 メルルーサの味噌マヨ焼き  543kcal 揚げナスのおろし煮 ゴーヤと葱の酢醤油和え	10 鶏肉のソテー 玉ねぎソース  597kcal 夏野菜の和風マリネ ほうれん草の酢味噌和え	11 鰯の南蛮漬け  575kcal 大根と鶏の煮物 冷奴	12 豚肉の生姜焼き  612kcal ひじきの煮物 オクラのツナ和え
15 海の日だよ！ ソレアード お好み焼きを 作りましょう 	16 ゴーヤチャンプル  550kcal 焼きナスとトマトの冷製 小松菜としらすのレモン醤油和え	17 バサのトマト煮  615kcal 南瓜の煮物 キャベツのマスタードサラダ	18 埼玉県北本のトマトカレー  584kcal アスパラソテー ピクルス 夏	19 冷やし五目麺  514kcal 大根と鶏肉の煮物 モロヘイヤのナムル
22 赤魚甘酢焼き  630kcal 五目豆 マカロニもみもザサラダ	23 豚肉のスタミナ炒め  554kcal 冬瓜のそぼろ煮 つるむらさきの白和え	24 鰻の蒲焼き  747kcal ナスとピーマンの煮浸し オクラのマヨわさび和え	25 鶏肉のピカタ  590kcal スッキーニと茸のガーリックソテー ポテトサラダ	26 酢豚  640kcal 冬瓜のかにかまあん ゴーヤのツナマヨ和え
29 鯖の豆板醤焼き  581kcal 蕪の葛煮 春菊のポン酢和え	30 豚肉のくわ焼き  577kcal ひじきの梅煮 玉ねぎのマリネサラダ	31 秋刀魚のネギ味噌焼き  598kcal 竹輪の煮物 菜花の生姜和え		

※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

岐阜の名物「鶏(けい)ちゃん」

「鶏ちゃん」とは、岐阜県の南飛騨地方や奥美濃地方親しまれている郷土料理です。味噌やしょうゆのタレに漬け込んだ鶏肉をキャベツなどと一緒に焼いて食べるもので、ジギスカン鍋などで自分で焼くスタイルが基本です。

本来は鶏肉を使いますが、お店によっては豚肉やマトン、鶏モツなどを使うところもあり、さまざまな味が楽しめます。



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～



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