

ソレアード
新白岡
2024年12月

ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 鶏肉の生姜焼き  637kcal 蓮根とひじきのサラダ 海苔塩ポテト	3 メバルの煮つけ  513kcal 筍のおかか煮 春菊の白和え	4 豚肉の粕漬け  563kcal 大根の煮物 ほうれん草と竹輪のナムル	5 鰯大根  559kcal 蓮根の海老あんかけ 蕪と梅干し大葉の和え物	6 鶏肉の照り焼き  571kcal 針供養 煮物 白菜とツナのさっぱりサラダ
9 トマトチキンカレー  574kcal 豆苗とひじきの豆サラダ 大根とベーコンのコンソメ煮	10 鯖のおろしそダレ  642kcal 里芋の含め煮 ほうれん草のごま和え	11 八宝菜  613kcal 焼売 木耳の中華和え	12 ネギトロ丼  510kcal 海老団子と根菜の煮物 春菊の酢味噌和え	13 ポークソテー 茸ソース  685kcal 大根とツナのサラダ 揚げ出し豆腐
16 ホッケの甘酢おろし  604kcal さつまいもと鶏の煮物 ほうれん草の彩り和え	17 豚肉とニンニクの芽の炒め煮  609kcal 高野豆腐と青梗菜の煮物 春雨サラダ	18  クリスマス会 クリスマス特別メニュー	19 鶏肉のから揚げ  649kcal 切り干し大根の煮物 カリフラワーのサラダ	20 ほうとううどん  455kcal 生揚げと銀杏の煮物 白菜と柚子の浅漬け
23 煮込みハンバーグ  668kcal ポテトのカレー炒め キャベツと人参のサラダ	24 鮭の野菜あんかけ  578kcal かぼちゃの煮物 ピーマンともやしのナムル	25 白菜と豚肉の煮物  528kcal 蕪のえびあんかけ 春菊と舞茸のおかか和え	26 バサのトマト煮  622kcal 茸の炒め煮 ほうれん草とカニのオーロラサラダ	27 ポークチャップ  579kcal ブロッコリーのかに玉あんかけ 青梗菜のごま酢和え
30 鱈の味噌漬け  458kcal こんにゃくと根菜の煮物 小松菜とかまぼこの和え物	31  年越しそば		 良いお年を お迎え下さい	

蕎麦はもともと麺類ではなかった

日本の蕎麦が普及しはじめたのは鎌倉時代のことで、当時の蕎麦は「そばがき」と呼ばれるそば粉を練って団子状にしたものでした。

その後、江戸時代に入り小麦粉が混ぜられるようになり、麺状にして食べられるようになりました。

麺状になった蕎麦は「そば切り」と呼ばれていましたが、蕎麦といえばそば切りの方が一般的になっていきました。

老舗のお蕎麦屋さんなどに行くと「そばがき」を提供していることがありますね。

そばがき



※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

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