

ソレアード
新白岡
2025年 8月

ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
こまめに水分補給 				1 鶏胸肉梅焼き  595kcal 五目煮 和風マリネ
4 鮭のムニエル  523kcal 夏野菜の揚げ浸し ポテトサラダ	5 親子丼  559kcal ゴーヤの炒め物 ほうれん草の和え物	6 富山だよ！ ソレアード ます寿司を作しましょう 	7 豚つくね照り焼き  641kcal かぼちゃの煮物 もずくの和え物	8 ホッケの甘酢あん  558kcal 肉団子の煮物 モロヘイヤのお浸し
11 冷やし中華  515kcal 冬瓜のあんかけ 酢味噌和え	12 鰯の梅煮  526kcal 肉じゃが レタスのナムル	13 酢鶏  636kcal 茄子の煮浸し ツナトマトサラダ	14 魚のパン粉焼き  553kcal ホットサラダ やみつききゅうり	15 豚肉おろしあんかけ  630kcal ツナと夏野菜の煮物 スパサラダ
18 鰯の和風ムニエル  586kcal ビーフン炒め 焼売	19 タンドリーポーク  611kcal イカの炒め物 トマトサラダ	20 メバル揚げ煮つけ  572kcal 焼き茄子南蛮漬け 卵豆腐	21 納涼祭 	22 鱈とあさりの酒蒸し  520kcal じゃが芋のソテー ほうれん草のナムル
25 鶏肉の彩野菜炒め  573kcal 厚揚げの煮物 タルタル風サラダ	26 チーズパン粉焼き  530kcal さつま揚げの煮物 長芋と枝豆の和え物	27 和風ハンバーグ  669kcal しし唐の煮浸し レタスの竹輪和え	28 鰯の南部焼き  612kcal アスパラソテー 冷奴	29 チキンカレー  633kcal ズッキーニ煮浸し 蕪のポン酢和え

富山県の郷土料理「ます寿し」

富山県の最も有名な郷土料理といっても過言ではない「ます寿し」。塩漬けたマスを使う押しずしの一種で、木製のわっぱにササを敷き、酢めしとマスを詰め、重しをのせて作る。

香りもすがすがしい若笹(わかさ)の緑、薄紅色のマス、純白の酢飯。

色合いの美しさに加え、ササや酢の抗菌作用を生かした「ます寿し」は、冷蔵庫などない時代に人間の知恵が生み出した優れた保存食です。



※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