

お食事のご案内

お料理のコンセプト【生命の原点「海」と「大地」で一生涯現役】

～スケトウダラと豆が織りなす、健康長寿のフレンチ～

私たちがいつまでも若々しく、自分らしく生きるために必要なもの。

それは「歩ける体（筋肉）」「冴えた思考（脳）」そして「健やかな心（腸）」です。海の恵み、大地の恵み、美味しく食べて、体も脳も丸ごと若返る。そんな「人生を楽しむためのお食事」をお届けします。

MENU

1. オル・ドゥーブル（前菜）

サバのリエット/プラントベースのうにブリュレ/大根のマリネ柚子仕立て/おぶか小深在来大豆のスパイスピクルス

2. アントレ ショード（温前菜）

日光湯葉と大豆のミルフィーユとパンのファルス（パンとスケトウダラすり身の詰め物）

ほうれん草のロワイヤルスープ仕立て

（フランスの茶碗蒸し）

3. サラダ

ナス、ぶどう、さつま芋とベビーリーフサラダ

4. ポアゾン

エリンギとスケトウダラすり身のパイ包み

～カツオ香る焦がしバターソース～

5. フロマーージュ

大豆のチーズ/パン/鹿沼産はちみつ

6. プラ・プランシパル（メイン）※A or B 選択

A. ポワゾン（魚料理）

スケトウダラのポアレ ほうれん草添え



B. ヴィアンド（大豆肉料理）

プラントベースステーキと大田原シイタケロースト



7. デザート

米粉のマッスルケーキと豆乳クリーム

8. 飲み物

自家製ジャスミンティ白ワイン風

当日に魚料理または大豆肉料理の
どちらかお選びいただけます

	～魚料理～	～大豆肉料理～
エネルギー	803kcal	795kcal
たんぱく質	34.9g	31.5g
脂質	41.5g	38.6g
食塩	3.4g	3.1g



食物アレルギーをお持ちの方は事前にご連絡ください
お問い合わせ：黒須病院健診センター

TEL028-681-8811