



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1 豚肉のみぞれ煮  572kcal 夏野菜の炒め物 オクラのポン酢和え	2 ソーメン つけめん ボクイケメン  582kcal 冬瓜のあんかけ たこときゅうりの酢の物	3 ハンバーグ  622kcal 野菜サラダ ジャーマンポテト	4 カレイの味噌マヨ焼き  566kcal つるむらさきの煮浸し ささみと春雨の酢醤油和え	5 冷しゃぶ  565kcal 明日葉と卵の炒め物 ゴーヤのツナマヨ和え
8 メルルーサのムニエル  526kcal 生ハムサラダ ラタトゥイユ	9 鶏の山椒焼き  630kcal かぼちゃの煮物 いかの酢味噌和え	10 さんまの塩焼き  631kcal 炊き合わせ 揚げナスのおろし和え	11 天ぷら・そうめん  508kcal 卵豆腐 きゅうりとかぶの浅漬け	12 鰯のネギ味噌焼き  516kcal さつま揚げの煮物 モロヘイヤとささみのしょうが和え
15 鶏肉のトマト煮  605kcal ナスとズッキーニのソテー ポテトサラダ	16 メバルの揚げ煮  549kcal 切り干し大根の煮物 つるむらさきのツナ和え	17 豚の角煮  653kcal 小松菜の煮浸し 白和え	18 メルルーサのトマトソース  570kcal マカロニグラタン グリーンサラダ	19 肉うどん  479kcal モロヘイヤのおかか和え 卵の寄せ蒸し
22 京都だよ！ ソレアード  メニューは 当日の お楽しみ！	23 麻婆茄子  639kcal 豆腐のエビあん 中華サラダ	24 シルバーのつけ焼き  526kcal きのこのバター醤油ソテー キャベツのわさび和え	25 夏野菜チキンカレー  599kcal シーザーサラダ ピクルス	26 アフリカ風トマトシチュー  614kcal ザンベシア風チキングリル フルーツポンチ
29 冷やし中華  576kcal しゅうまい 和え物	30 鮭のつけ焼き  536kcal 冬瓜のかにかまあん いんげんの胡麻和え	31 親子丼  647kcal 冷ややっこ 酢の物		

※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

プリンはどうして3つで1セットなの？

日本で初めてカップ入りのプリンが発売されたのは、今から44年前の1971年。それから5年後の1976年に3個1組のプリンが発売されました。

プリンは発売当時、おやつという考え方で、男性が食べるというイメージはありませんでした。

1970年代に多かった4人家族で、父親が働きに出ているおやつの時間に母親と子供2人が食べることを想定して、3個1組の形になったんですね。



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