

ソルアード

新白岡

2026年2月

# ランチ メニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 カレイのムニエル  白菜の煮浸し風 大根サラダ 474kcal	3 恵方巻を作りましょう  つみれの煮物 茶碗蒸し 	4 バサのガーリック焼き  ほうれん草の豆腐あんかけ 菜花のごま和え 502kcal	5 豚肉の和風炒め  海老団子の煮物 和風ポテトサラダ 639kcal	6 赤魚の西京焼き  長芋の煮物 春菊の胡麻和え 518kcal
9 豚の生姜焼き  蓮根の煮物 さつま芋バター焼き 753kcal	10 メバルのオーブン焼き  切り昆布の煮物 イカのマリネ 534kcal	11 おでん  きんぴらごぼう 白菜のサラダ 660kcal	12 カレーライス選手権  	13 鰯の南蛮漬け  大根とイカの煮物 茎の和え物 551kcal
16 鰆のバター醤油焼き  さつま芋と鶏肉の煮物 春菊のサラダ 591kcal	17 豚肉の梅おろし煮  切干大根の煮物 青梗菜のピーナツ和え 579kcal	18 鰯大根  菜花のお浸し 茶碗蒸し 576kcal	19 鶏のから揚げ  じゃが芋のきんぴら 春菊のおろし柚子和え 588kcal	20 魚の和風あんかけ  里芋の煮物 蕪のやみつきサラダ 546kcal
23 鶏肉と茸のうどん  蕗の煮物 南瓜のサラダ 452kcal	24 ホッケの味噌マヨ焼き  キャベツのトマト煮 海老の明太マヨサラダ 565kcal	25 八宝菜  小松菜の煮浸し ツナポンサラダ 629kcal	26 シルバーの粕漬け  田楽 柚子胡椒和え 511kcal	27 親子煮  白菜と海老の炒め物 ブロッコリーの和え物 540kcal

## 恵方巻きの方角

恵方巻きの方角を決めている人物やお寺は存在せず、陰陽五行説の十干のルールによって決まっています

陰陽五行説の十干は、それぞれ方角に数字があてはめられています。4つの方角を5年単位で1周する仕組みをルール化した表が下記になります

恵方の方角	西暦の数字	参考例
東北東	末尾:4,9の年	2024、2029年
西南西	末尾:0,5の年	2020、2025年
南南東	末尾:1,3,6,8の年	2026、2028年等
北北西	末尾:2,7の年	2022、2027年



※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、  
リクエストお願ひします！  
～厨房より～



# 南南東

埼玉県白岡市新白岡8-12-3  
ソルアード新白岡ティーサービスセンター  
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