



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

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



南南東

今年の恵方は...

南南東



※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