

ソレアード
新白岡
2026年 7月



ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
		1 鯖の味噌焼き または 豚しゃぶ   蕪の葛煮 小松菜のあっさりナムル	2 鶏肉のカレー風味ソテー  茄子の煮物 きゅうりの和え物	3 鯖の和風ムニエル  キャベツのトマト煮込み 筍ときのこソテー
6 メルルーサの トマトだれがけ  茄子とピーマンのひき肉炒め キャベツのサラダ	7 セタだよ ソレアード ちらし寿司を 作りましょう  揚げナスおろしポン酢 冷奴	8 鱈のピカタ または 鶏の照り焼き   ズッキーニと茸のマリネ 玉子豆腐	9 豚肉と茄子の味噌炒め  里芋の煮物 大根サラダ	10 鰯のオーブン焼き  南瓜の煮物 オクラわさび和え
13 鶏肉のすき焼き風煮  卵の花の炒り煮 モロヘイヤ辛し和え	14 白身魚フライ  高野豆腐の煮物 ささみ和え	15 福岡だよ ソレアード 小倉焼きうどん  焼きうどんを 作りましょう	16 鰯の蒲焼き  夏野菜の炊き合わせ ピクルス	17 鶏肉とピーマンの炒め物  じゃが竹輪煮 菜花の和え物
20 シルバーの山椒あんかけ  ゴーヤの炒め物 南瓜のサラダ	21 海の日ネクスト 焼きそばを作りましょう 	22 メバルの味噌マヨ焼き または 豚の生姜焼き   里芋とイカの煮物 青梗菜とかまぼこの和え物	23 トンテキ  ズッキーニのソテー スパサラダ	24 うな丼  浅漬け 茶碗蒸し
27 豚肉の豆板醤焼き  南瓜の煮物 ほうれん草の和え物	28 ホキのあんかけ  イカ団子の煮物 菜花の和え物	29 サーモンフライ または チキンカツ   ひじきの梅煮 ポテトサラダ	30 鯖ステーキ 茸ソースかけ  田楽 胡瓜と茗荷の辛子醤油和え	31 豚肉のにんにく甘酢炒め  冬瓜の煮物 ほうれん草のおかか和え

焼うどん発祥の地 福岡県北九州市・小倉

焼うどんは、北九州市の小倉で誕生したといわれている。

その歴史は戦後の食糧難の時代に始まった。

小倉の鳥町食堂街にある『だるま堂』の店主・弁野勇次郎さんが、
焼きそばを作りたいくても麺がないので、手元にあったうどんの乾
麺で代用したという。

昭和20年ごろ、「小倉焼うどん」の誕生である。

具は、豚バラ肉と玉ネギ、地元の特産・若松潮風キャベツ。

シンプルなソース味だが、魚粉をたっぷり加えているので、和風の
懐かしい風味が口の中に広がる。

「大人の週末Web」より抜粋



※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