

ソレアード
新白岡
2026年 10月

ランチメニュー



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1 和風ロールキャベツ  マカロニサラダ 青梗菜のピーナツ和え	2 メルルーサの南蛮漬け  田楽みそ 小松菜のかまぼこ和え
5 ソース焼きそば  トマトサラダ しゅうまい	6 熊本だよ！ ソレアード  熊本といえぼ～ だご汁を 作りましょう	7 さばの塩焼き または 鶏の照り焼き   豆腐のきのこあん 三色和え	8 鰯フライ  白菜のとろ煮 竹輪と葱の和え物	9 ♡ おやつ作り ♡ 肉豆腐  南瓜の煮物 あさりと春菊の和え物
12 鰯の和風ムニエル 茸ソース  切干大根と豆のサラダ かぶの梅肉和え	13 運動会弁当  ソレアード 新白岡	14 鮭の照り焼き または 豚肉の生姜焼き   小松菜のツナ和え フルーツヨーグルト	15 豚肉のキムチ炒め  里芋の煮物 ほうれん草の白和え	16 メバルの甘酢おろし  冬瓜の煮物 かぼちゃのサラダ
19 キーマカレー  スパサラダ きゅうりとわかめの酢の物	20 ホキのマリネ  ジャーマンポテト カリフラワーサラダ	21 ♡ おやつ作り ♡ 酢鶏 または 鰯の甘酢焼き   なすの中華風煮びたし 青梗菜と卵のツナサラダ	22 きつねうどん  蓮根のバター炒め トマトポン酢和え	23 鶏胸肉の梅大葉焼き  切り昆布の煮物 わかめとしらすの和え物
26 ♡ おやつ作り ♡ メルルーサのトマトソース  白菜のうま煮 ナムル	27 豚肉の山椒焼き  茄子と青梗菜の煮浸し 茶碗蒸し	28 鶏のから揚げ または 鰯の味噌焼き   大根のかにかまあんかけ ほうれん草の真砂和え	29 シルバーの南部焼き  車麩の煮物 蕪と柚子皮の甘酢漬け	30 デリバリー お楽しみランチ 

熊本県のだご汁

熊本名物だご汁。元は阿蘇地方で、忙しい農家さんのまかない食として誕生しました。

野菜がたっぷり入っていて、作り方も簡単です。

そして栄養満点！



「だご」とは、「だんご」のことで、小麦粉を練ったものを、肉類や野菜類と一緒に味噌味やしょう油味のスープにしたものです。熊本のだご汁は、具たくさん！お腹もいっぱいになり、大満足のだご汁です。

※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