

【令和5年】

サニーコート広島《週間献立表》

8月6日～8月12日

		6 日曜	7 月曜	8 火曜	9 水曜	10 木曜	11 金曜	12 土曜
朝食	和食	さばのみりん焼 胡瓜のごま和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	高野豆腐の卵とし 白菜のカラフル和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	赤魚の粕漬焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 キャベツとおくらの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天と野菜煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほっけの焼物 里芋の煮物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	くるみロールパン ハッシュドポテト ハムサラダ みそスープ バナナ	広島レモンパン さけルークのチーズ焼 みそスープ 盛サラダ フルーツカテル	よくばりサンド トマトサラダ みそスープ ヤクルト	クロワッサン 南瓜ポターージュスープ 盛サラダ バナナ	ミルクブレッド ほうれん草ベーコンソテー みそスープ バナナ	野菜ミックスサンド かにかまサラダ みそスープ ヤクルト	ロールパン ミートオムレツ アスパラガ みそスープ バナナ
昼食	和食	さけの焼物 里芋とさつま揚げの ごった煮 ブロッコリーの梅肉酢 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	いわしの梅煮 油揚げと切干大根酢 さつま芋のローズ煮 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	さばの竜田揚げ 薄切れんこんの炒煮 ほうれん草のお浸し 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	牛 丼 揚げ出し豆腐 香物 胡瓜のなめ茸和え みそ汁 フルーツ 紅生姜	和風みそシチュー じゃこ入スクランブルエッグ なすの酢物 ご飯 香物 フルーツ	かれいの唐揚げ ひじきの煮物 香物 ブロッコリーのごま浸し ご飯 みそ汁 フルーツ	肉豆腐 小松菜ののり和え かぶのしょうが酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ
	洋食	えびカツフライ 里芋とさつま揚げの ごった煮 ブロッコリーの梅肉酢 ご飯 スープ フルーツ	棒々鶏 白菜のじゃこ和え さつま芋のローズ煮 ご飯 スープ フルーツ	ハヤシライス 卵ミックスサラダ ほうれん草のお浸し フルーツ キャブスープ 福神漬	太刀魚のチーズ焼 じゃが芋と豚肉の咖喱煮 胡瓜のなめ茸和え ご飯 スープ フルーツ	中華丼 春雨入り水ギョーザ 白菜のゆかり和え フルーツ 紅生姜	茹豚の野菜あんかけ きのこソテー ブロッコリーのごま浸し ご飯 スープ フルーツ	いわしのパン粉焼 ポテトサラダ 小松菜ののり和え ご飯 スープ フルーツ
	中華	ワンタン白湯スープ ブロッコリーの梅肉酢 フルーツ 炒飯 福神漬	サラダうどん 白菜のじゃこ和え フルーツ いなり寿司 甘酢生姜	みそ焼うどん 卵ミックスサラダ キャブスープ フルーツ おにぎり 香物	梅大葉冷麦 揚げ出し豆腐 胡瓜のなめ茸和え ちらし寿司 甘酢生姜	ざるそば じゃこ入スクランブルエッグ 白菜のゆかり和え いなり寿司 甘酢生姜	そうめんチャップルー ブロッコリーのごま浸し キャブスープ フルーツ のりむすび 香物 紅生姜	ミートスパゲティ 小松菜ののり和え キャブスープ フルーツ ミルクパン
夕食	和食	肉じゃが 茶碗蒸し 香物 なめこ入山芋とろろ ご飯 吸物 フルーツ	たいの西京焼 ゴーヤのごま油炒め アロエの酢物 フルーツ ご飯 吸物 香物	鴨肉の照焼 冬瓜の炊合せ フルーツ りんごの大葉酢 ご飯 吸物 香物	銀たらのつけ焼 あさりと青葱のぬた 青梗菜の錦糸浸し 香物 ご飯 吸物 フルーツ	季節の天婦羅 冷奴の梅しそあん 三色生酢 香物 ご飯 吸物 フルーツ	さわらの卵の花焼 ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ 大学芋の汁付かけ ご飯 吸物 香物 フルーツ	うな丼 南瓜とねり団子の炊合せ 胡瓜とみょうがの酢物 吸物 奈良漬 フルーツ
	洋食	パエリア (地中海風炊込み飯) 煮込ロールキャベツ グリーンアーモンドサラダ 冷製カレーライス フルーツ	豚 丼 甘エビミニカルパッチョ アロエの酢物 紅生姜 スープ フルーツ	めんたいのアーモンド焼 ポトフ (洋風おでん) りんごの大葉酢 サラダライス フルーツ (洋風散らし寿司)	ロースビーフサラダ風 ホタテ風味フライ 青梗菜の錦糸浸し ご飯 スープ フルーツ	豚ヒレ肉のフルーツ入 冷奴の梅しそあん 三色生酢 ご飯 スープ フルーツ	赤身すじ肉ビーフカレー ハイカラサラダ ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ フルーツ 福神漬	豚肩肉カレー オイル焼 アスパラのオープン焼 胡瓜とみょうがの酢物 ご飯 スープ フルーツ
	中華	うなぎ茶そば 茶碗蒸し なめこ入山芋とろろ 天むす 奈良漬 フルーツ	さけとスッキーニー のパスタグラタン ゴーヤのごま油炒め アロエの酢物 フルーツ 福神漬巻 甘酢生姜	とんかつラーメン 冬瓜の炊合せ フルーツ りんごの大葉酢 かつぱ巻 甘酢生姜	かき揚げし麺 あさりと青葱のぬた 青梗菜の錦糸浸し フルーツ 中巻寿司 甘酢生姜	海鮮焼そば 冷奴の梅しそあん 三色生酢 フルーツ 梅大葉巻 甘酢生姜	広島風お好み焼 ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ 大学芋の汁付かけ 菜飯 香物 フルーツ	スペシャル麺セット 醬沢ぶっかけ冷そば ミニうな丼 皮付きすいか 奈良漬
種類								

※都合により一部メニューが変更になることがあります。

予約表は 8月1日(火)17:00までにフロントへお出しください。

◎お粥をご希望の方は、前日正午までにフロントへお申し出ください。◎朝食は和、洋食ともに牛乳(80kcal)・コーヒー(32kcal:シュガー、ミルク含む)をご利用頂けます。

◎各欄の数字はカロリー数(単位kcal)です。朝食はマーガリン(60kcal)、ジャム(40kcal)を加算してください。ご飯大盛りの方は、160kcalを加算してください。