

【令和5年】

サニーコート広島《週間献立表》

9月10日 ~ 9月16日

		10 日曜	11 月曜	12 火曜	13 水曜	14 木曜	15 金曜	16 土曜
朝食	和食	いわし一夜干し焼 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	つみれと野菜の煮物 温 奴 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 山芋とろろ ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのみそ煮 納 豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼あじ おくらのお浸し ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほうれん草の卵とじ なめ茸おろし ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほっけの焼物 納 豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	胚芽ロールパン ハッシュドポテト かにかまサラダ みそスープ パナナ	広島レモンパン ツナ入マカロニサラダ みそスープ フルーツカクテル	ミルクブレッド ハム入クラブegg 盛りだ みそスープ バナナ	りんごフルーツサンド (デザート系の甘いサンド) あさり入りクリームスープ 盛りだ ヲルトル	デニッシュパン 厚揚げと根菜スープ 盛りだ バナナ	ロールパン かにかまじゃが芋チーズ 焼 盛りだ みそスープ バナナ	野菜ミックスサンド ウィンナーソーテー みそスープ ヤクルト
昼食	和食	さけの南部焼 切昆布の酢煮 香物 ほうれん草のお浸し ご飯 みそ汁 ルーツ	南瓜のそぼろ煮 ちくわの磯辺揚げ いんげんと胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	かれいの明太子焼 れんこんのおかか煮 なすの和え物 ルーツ ご飯 吸物 香物	牛肉の深川風旨煮 冷奴 ルーツ ブロックリーのかつお酢 ご飯 みそ汁 香物	五目大葉ちらし寿司 揚げ出し豆腐 ほうれん草のごま和え みそ汁 甘酢生姜 ルーツ	白身魚フライ 切干大根煮 ルーツ キャバツとハムの酢物 ご飯 みそ汁 香物	焼たち魚のみぞれ煮 厚焼卵の野菜あんかけ かりわりの味噌酢 香物 ご飯 みそ汁 ルーツ
	洋食 中華	豚肉キムチ炒め (ヒリ辛) 豆腐・大根サラダ ほうれん草のお浸し ご飯 スープ ルーツ	さばのガーリック 焼 さつま芋サラダ いんげんと胡瓜の酢物 ご飯 スープ ルーツ	鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ なすの和え物 ご飯 スープ ルーツ	ドライカレー豚カツ ビーンズサラダ ブロックリーのかつお酢 かつスープ ルーツ 福神漬	レバニラ炒め ごぼうサラダ ほうれん草のごま和え ご飯 スープ ルーツ	豚肉とピーマン炒め じゃこマカロニサラダ 切干大根煮 ご飯 スープ ルーツ	カニクリームコロッケ 厚焼卵の野菜あんかけ かりわりの味噌酢 ご飯 スープ ルーツ
	麺類	チャンポン麺 豆腐・大根サラダ ほうれん草のお浸し しそ炒飯 福神漬	和風たらこビーフン ちくわの磯辺揚げ かつスープ ルーツ ふりかけおにぎり 香物	冷そうめん 蒸しゆまい れんこんのおかか煮 ちらし寿司 甘酢生姜	ナポリタンパゲティ ビーンズサラダ カップスープ パン フルーツ	レモン冷麦 揚げ出し豆腐 ほうれん草のごま和え 大葉いなり寿司 甘酢生姜	カレーラーメン 切干大根煮 キャバツとハムの酢物 焼おにぎり 香物	ざるそば 厚焼卵の野菜あんかけ フルーツ ちらし寿司 甘酢生姜
夕食	和食	豚ひれカツ 豆腐のみぞれポン酢 小松菜のしそ和え ご飯 五目汁 ルーツ 香物	ぶりの照焼 冬瓜のえびかき卵あん セロリの金平 香物 ご飯 吸物 ルーツ	天婦羅盛合せ 揚げの八宝袋煮 五色なます 香物 ご飯 みそ汁 ルーツ	あじの南蛮漬け 京風しゅうまい 香物 青梗菜のみょうが和え ご飯 吸物 ルーツ	たいのかぼす焼 大学芋の汁かけ ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ ご飯 吸物 香物 ルーツ	牛肉のスタミナ焼 きのこ入和え 香物 ところ天入もずく酢 ご飯 吸物 ルーツ	秋さんまの塩焼 なす田楽 芽かぶ生酢 香物 ご飯 吸物 ルーツ
	洋食 中華	かつおの中華風たたき フライドポテトのベーコン巻 小松菜のしそ和え ご飯 スープ ルーツ	豚肩肉の煮込み シーフードサラダ セロリの金平 ご飯 スープ ルーツ	まぐろのカルパッチョ オリーブ&チーズサラダ 揚げの八宝袋煮 ご飯 スープ ルーツ	鶏手羽肉のトマト煮 貝柱とアボガドサラダ 青梗菜のみょうが和え ご飯 スープ ルーツ	フライ盛合せ ~タルタルソース~ アボガドとツナサラダ 大学芋の汁かけ ご飯 スープ ルーツ	シーフード クリームソース セロリ&アロエサラダ ところ天入もずく酢 ご飯 フルーツ	ホタテのベーコン巻 なす田楽 りんごポテトサラダ ご飯 スープ ルーツ
	麺類	五目茶そば フライドポテトのベーコン巻 小松菜のしそ和え かつ巻 甘酢生姜 ルーツ	しっぽくきし麺 冬瓜のえびかき卵あん セロリの金平 ルーツ 中巻寿司 甘酢生姜	すき焼風うどん 揚げの八宝袋煮 五色なます ルーツ ねぎとろ巻 甘酢生姜	天婦羅そば 京風しゅうまい ルーツ 青梗菜のみょうが和え 一口むすび 香物	五目にゅう麺 大学芋の汁かけ ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ 洋風巻寿司 甘酢生姜	しっぽく稲庭うどん きのこ入和え ルーツ セロリ&アロエサラダ おしんこ巻 甘酢生姜	豚みそにゅう麺 芽かぶ生酢 ルーツ りんごポテトサラダ 六子手まり寿司 甘酢生姜

※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 9月 5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:シユガー、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。