

【令和5年】

サニーコート広島《週間献立表》

11月26日 ~ 12月2日

		26 日曜	27 月曜	28 火曜	29 水曜	30 木曜	12/1 金曜	お朔日	2 土曜
朝食	和食	いわしの一夜干し焼 胡瓜のなめこ和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さつま揚げの煮物 おろし納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	赤魚の粕漬焼 えのきと白菜の酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	梅雑炊 焼そば 香物 白菜の甘みそ和え みそ汁 味付のり 香物	平天と野菜煮 じゃこ納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 ごぼうのやわらか金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	
	洋食	ミルクパン ツナ温野菜サラダ みそスープ バナナ	ロールパン 根菜と豆のスープ じゃこサラダ みかん缶ヨーグルト	野菜サンド スクランブルエッグサガ みそスープ ヤクルト	豆乳パン ハムさつま芋サラダ みそスープ バナナ	レーズンくるみロールパン 落とし卵の野菜スープ ブロッコリーサラダ バナナ	クロワッサン ウィンナー野菜炒め みそスープ バナナ	ミックスサンド 盛サラダ みそスープ ヤクルト	
昼食	和食	たち魚の揚浸し 五目ひじきの煮物 胡瓜ともやしの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	さばのうま煮 竹輪と切干大根の酢煮 ブロッコリーのゆかり浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	肉豆腐 小松菜ソテー カリフラワーのおかか酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	きのこ・あさり炊込み飯 かれのい梅肉しそ焼 ほうれん草のわさび和え みそ汁 香物 フルーツ	うなぎとニラ卵炒め れんこん入ひじき煮 カリフラワーと胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	鶏唐揚げのおろし煮 大学芋 フルーツ おくらのおかか酢 ご飯 みそ汁 香物	小さいわしの天婦羅 がんもの炊合せ ほうれん草のごま浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	
	洋食 中華	麻婆豆腐なす春雨(辛) 五目ひじきの煮物 ほうれん草サラダ ご飯 スープ フルーツ	カレーライス ツナ&コーン豆腐サガ ブロッコリーのゆかり浸し カップスープ フルーツ 福神漬	あじフライ ロールキャベツのトマト煮 カリフラワーのおかか酢 ご飯 スープ フルーツ	ハッシュドビーフ ビーンズ大根サラダ ほうれん草のわさび和え カップスープ フルーツ 福神漬	ポークチャップ 香巻の枝豆あん カリフラワーと胡瓜の酢物 ご飯 スープ フルーツ	八宝野菜炒め 豆腐のなめ茸おろし 大学芋 フルーツ ご飯 スープ	えび玉 大豆大葉サラダ ほうれん草のごま浸し ご飯 スープ フルーツ	
	種類	ミートスパゲティ ほうれん草サラダ カップスープ フルーツ 胚芽ロールパン	ソーメンチャップル 蒸しゅうまい ブロッコリーのゆかり浸し 焼おにぎり 香物	和風ラーメン ロールキャベツのトマト煮 小松菜ソテー のり巻むすび 香物	五目にゅう麺 ビーンズ大根サラダ ほうれん草のわさび和え 炊込おにぎり 香物	月見きつねそば 春巻の枝豆あん カリフラワーと胡瓜の酢物 いなり寿司 甘酢生姜	えび天うどん 豆腐のなめ茸おろし 大学芋 ちらし寿司 甘酢生姜	パゲティグラタン 大豆大葉サラダ カップスープ フルーツ ロールパン	
夕食	和食	すき焼風旨煮 豆腐のきのこあんかけ 芽かぶの山芋和え 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	さわらのけんちん焼 ごまみそミニ肉じゃが 三色なます フルーツ ご飯 吸物 香物	さけの若狭焼 六角里芋のそぼろ煮 柿入り白和え フルーツ ご飯 みそ汁 香物	カキフライ~カキソース~ 京しゅうまい 南瓜・栗のブルー煮 ご飯 みそ汁 香物	さんまの塩焼 厚揚げと小松菜の煮浸し ところ天入酢物 フルーツ ご飯 みそ汁 香物	お赤飯 かんぱちの照焼 揚げなすと鶏肉の香味煮 吸物 香物 フルーツ	※【夕食イベント】 鉄板焼肉ジャンボ ステーキ(わさびソース) ~冬福~	
	洋食 中華	秋さばの竜田揚げ 豆腐のきのこあんかけ 芽かぶの山芋和え ご飯 スープ フルーツ	季節の洋風天婦羅 ごまみそミニ肉じゃが 三色なます ご飯 スープ フルーツ	豚肉の角煮 柿入り白和え 中華春雨サラダ ご飯 スープ フルーツ	シーフードオムレツ ~アメリカンソース~ 豚しゃぶサラダ 南瓜・栗のブルー煮 ご飯 スープ フルーツ	地鶏のハーブソテー オイルサーディンサガ ところ天入酢物 ご飯 スープ フルーツ	焼牛肉のデミグラスソース ゆで卵・トマトの 辛子マヨネーズ焼 大根と干しエビの酢物 ご飯 スープ フルーツ	ハ寸盛合せ ~ローストクレープ~ 焼玉ねぎのセータージュース カレイの炒り飯 杏仁ムース 賞状酒	
	種類	ホタテ入かき揚げそば 豆腐のきのこあんかけ 芽かぶの山芋和え かっぱ巻 甘酢生姜 フルーツ	うなぎ茶そば ごまみそミニ肉じゃが 三色なます フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	釜揚げうどん 六角里芋のそぼろ煮 柿入り白和え フルーツ えび天むすび 甘酢生姜	鍋焼うどん 京しゅうまい フルーツ 南瓜・栗のブルー煮 高菜押し飯 香物	天婦羅きし麺 厚揚げと小松菜の煮浸し ところ天入酢物 フルーツ ツナマヨ巻 甘酢生姜	穴子柳川風そば 揚げなすと鶏肉の香味煮 大根と干しエビの酢物 赤飯むすび フルーツ 香物	関西風お好み焼 チキンナゲット フルーツ ミックスサラダ 手まり寿司 甘酢生姜 麺食でご予約願います。	

※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 11月21日(火)17:00までにフロントへお申しください。

◎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。