

【令和5年】

サニーコート広島《週間献立表》

12月24日 ~ 12月30日

		24 日曜	25 月曜	26 火曜	27 水曜	28 木曜	29 金曜	30 土曜
朝食	和食	さごしのみりん焼 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 胡瓜となめ茸和え 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	目玉焼 ほうれん草のお浸し ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼さけ やわらかごぼう金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	いわしの一夜干し焼 かっぱろと胡瓜の酢物 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	ツナ&ベーコンサド ブロッコリーサラダ みそスープ ヤクルト	デニッシュパン 温玉と根菜スープ 盛サラダ バナナ	三角野菜サンド スクランブルエッグ 盛サラダ みそスープ ヤクルト	広島レモンパン ウイナーと野菜の酢 みそスープ バナナ	ミックスサンド コーンサラダ みそスープ ヤクルト	クロワッサン あさりポタージュスープ フルーツサラダ ヤクルト
昼食	和食	さけの南部焼 切昆布煮 香物 ほうれん草のおかか和え ご飯 みそ汁 フルーツ	さけの明太子マヨネーズ焼 さつま芋のレモン煮 胡瓜と大根の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さばのうま煮 竹輪と切干大根煮 アロヨリのゆかり浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	うなぎとにら卵炒め 五目大豆煮 春雨の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	肉豆腐 小松菜ソテー かっぱろのおかか酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	たち魚の揚浸し 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	五目ちらし寿司 揚肉団子のしぐれ煮 しめじともやしのゆかり和え みそ汁 甘酢生姜 フルーツ
	洋食 中華	豚肉キムチ炒め(ピリ辛) 豆腐・大根サラダ ほうれん草のおかか和え ご飯 スープ フルーツ	麻婆なす豆腐丼 ミニクリームコロッケ 胡瓜と大根の酢物 スープ フルーツ 紅生姜	ハヤシライス ツナ&コーン豆腐サラダ アロヨリのゆかり浸し かっぱろ フルーツ 福神漬	豆腐ハンバーグ 南瓜サラダ 春雨の酢物 ご飯 スープ フルーツ	あじフライ ロールキャベツのトマト煮 かっぱろのおかか酢 ご飯 スープ フルーツ	麻婆豆腐なす春雨(辛) ひじきの煮物 ほうれん草サラダ ご飯 スープ フルーツ	かぼちゃコロッケ 揚肉団子のしぐれ煮 わかめ・じゃこサラダ ご飯 かき卵スープ フルーツ
	麺類	チャンポン麺 豆腐・大根サラダ ほうれん草のおかか和え しそ炒飯 福神漬	舞茸甘辛煮の 月見にゅう麺 ミニクリームコロッケ さつま芋のレモン煮 いなり寿司 甘酢生姜	ソーメンチャップル 蒸しゅうまい 紅生姜 アロヨリのゆかり浸し 焼おにぎり 香物	みそチャーシュー麺 五目大豆煮 フルーツ 高菜炒飯 福神漬	和風ラーメン ロールキャベツのトマト煮 かっぱろのおかか酢 ふりかけおにぎり 香物	和風ラーメン ロールキャベツのトマト煮 かっぱろのおかか酢 ふりかけおにぎり 香物	ミートスパゲティ ほうれん草サラダ かっぱろ フルーツ 胚芽ロールパン
夕食	和食	うなぎの蒲焼 じゃが芋のそぼろ煮 絹さやのもろみ酢 フルーツ ご飯 赤出汁 奈良漬	かつおのたたき 根菜のこった煮 春菊の梅肉浸し フルーツ ご飯 吸物 香物	はまちのけんちん焼 ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 フルーツ ご飯 吸物 香物	さけの若狭焼 南瓜のそぼろ煮 ほうれん草のゆず浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さばの塩焼 茶碗蒸し フルーツ 春菊入り白和え ご飯 みそ汁 香物	和風焼肉 小いわしの酢漬け 青梗菜の錦糸浸し ご飯 吸物 香物 フルーツ	たいのねぎみそ焼 六角里芋と豆腐の揚出し 三色なます ご飯 吸物 フルーツ 香物
	洋食 中華	シーフード 刺身汁 トマトのじゃこチーズ焼 絹さやのもろみ酢 ご飯 フルーツ	エビフライ〜タルタルソース ポトフ(洋風おでん) 春菊の梅肉浸し ご飯 フルーツ	季節の洋風天婦羅 ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 ご飯 スープ フルーツ	豚肉の角煮 中華サラダ ほうれん草のゆず浸し ご飯 スープ フルーツ	大えびフライカレー 豚しゃぶサラダ 春菊入り白和え フルーツ ラッキョ	かに・カキグラタン ジャンボ蒸しゅうまい 青梗菜の錦糸浸し ご飯 スープ フルーツ	牛ロースステーキ シーフードサラダ 三色なます ご飯 スープ フルーツ
	麺類	牛肉白葱うどん トマトのじゃこチーズ焼 絹さやのもろみ酢 フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	しっぽくにゅう麺 根菜のこった煮 春菊の梅肉浸し フルーツ おしんこ巻 甘酢生姜	うなぎ茶そば ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	釜揚げうどん 南瓜のそぼろ煮 フルーツ ほうれん草のゆず浸し 手まり寿司 甘酢生姜	キムチにゅう麺 豚しゃぶサラダ フルーツ 春菊入り白和え 長葱卵炒飯 福神漬	しっぽくうどん ジャンボ蒸しゅうまい 青梗菜の錦糸浸し フルーツ かっぱろ 甘酢生姜	関西風お好み焼 シーフードサラダ 三色なます フルーツ 厚焼卵にぎり寿司 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 12月19日(火)17:00までにフロントへお出してください。

◎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。