

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

1月28日 ~ 2月3日

		28 日曜	29 月曜	30 火曜	31 水曜	1 木曜	お期日	2 金曜	3 土曜	節分
朝食	和食	さけの焼物 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	豆腐とほうれん草の卵とじ 胡瓜のしょうが酢 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	赤魚の焼物 白菜の塩昆布和え ご飯 みそ汁 (いりこ) 味付のり 香物	ごぼう天と野菜煮 じゃこおろし ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 絹さやとキャベツの和え物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さつま揚げの煮物 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		
	洋食	米粉入りロールパン 具だくさん根菜スープ ハムサラダ バナナ	よくばりサンド カリフラワーサラダ みそスープ ヤクルト	デニッシュパン ハッシュドポテト さけフレークサラダ みそスープ パナナ	クロワッサン ウイダー入スクラブ レッツ 盛付が みそスープ バナナ	三角野菜サンド ツナサラダ みそスープ ヤクルト	胚芽ロールパン 南瓜ポタージュスープ トマトサラダ 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	さばのみそ煮 豚肉とひじきの煮物 加万のレモン酢 ご飯 吸物 香物 ルーツ	豚肉のきのこあんかけ 春雨となすの酢物 里芋のごま煮 ルーツ ご飯 吸物 香物	南瓜のそぼろあんかけ 厚焼卵のポン酢かけ もやしゆかり和え ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	肉じゃが 豆腐のなめ茸かけ 絹さやと胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	さんまの塩焼 さつま芋と鶏肉の旨煮 ブロッコリーの甘酢 ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	牛肉コロッケ 干えび入切昆布大豆煮 コトとキャベツのわさび酢 ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	小いわしの酢漬 がんもの炊合せ ほうれん草のごま浸し ご飯 みそ汁 香物 ルーツ		
	洋食	ハヤシライス 温奴 フルーツサラダ かっぱスープ 福神漬	かれいのオムレツ ツナ&コンニャクソテー 春雨となすの酢物 ご飯 スープ ルーツ	エビチリソース 厚焼卵のポン酢かけ 南瓜サラダ ご飯 スープ ルーツ	さけのムニエル パセリと白菜の付け煮 絹さやと胡瓜の酢物 ご飯 スープ ルーツ	麻婆豆腐丼 春巻きのごあんかけ ブロッコリーの甘酢 スープ ルーツ 紅生姜	酢豚 じゃこ大根サラダ コトとキャベツのわさび酢 ご飯 スープ ルーツ	クリームシチュー 卵サラダ ほうれん草のごま浸し ご飯 ルーツ		
	中華	えび天そば 豚肉とひじきの煮物 フルーツサラダ いなり寿司 甘酢生姜	牛肉ねぎそば ツナ&コンニャクソテー フルーツ ちらし寿司 甘酢生姜	焼うどん 厚焼卵のポン酢かけ もやしゆかり和え いなり寿司 甘酢生姜	白湯皿うどん 豆腐のなめ茸かけ 絹さやと胡瓜の酢物 おにぎり 香物	柳川風そば 春巻きのごあんかけ ブロッコリーの甘酢 おにぎり 香物	スパゲティグラタン じゃこ大根サラダ かっぱスープ ルーツ ロールパン	豚汁にゆう麺 卵サラダ ほうれん草のごま浸し ふりかけむすび 香物		
夕食	和食	串揚げ盛合せ うさく ほうれん草のくるみ和え ご飯 みそ汁 ルーツ 香物	たいの幽庵焼 鶏肉とかぶ煮 せり入お浸し ルーツ ご飯 吸物 香物	ぶりのおろし 大葉焼 豆腐の挽肉包み揚げ 青梗菜の煮浸し ルーツ ご飯 みそ汁 香物	うなぎのかば焼 栗と南瓜煮 ルーツ セロリとアロエの酢物 ご飯 赤出汁 奈良漬	お赤飯 カキフライ~カキフライ~ 厚揚げと六角里芋の田楽 ほうれん草のおかが和え ご飯 吸物 香物 ルーツ	甘えびといかのお造り 牛肉と六角里芋煮 水菜の辛子和え ルーツ ご飯 みそ汁 香物	【ミニイベント】節分 春寿司 いわしの焼物 さけの粘汁 旬の炊合せ 青梗菜の菊花浸し 福豆 ルーツ 甘酢生姜		
	洋食	中華風かつおのタタキ ジャンボ蒸しゅうまい ほうれん草のくるみ和え ご飯 スープ ルーツ	【今季最後】 カキグラタン ローストビーフサラダ せり入お浸し ご飯 スープ ルーツ	回鍋肉 (豚肉とキャベツの四川炒め) 春雨中華サラダ 青梗菜の煮浸し ご飯 かき卵スープ ルーツ	チーズハンバーグ 香味温奴 セロリとアロエの酢物 ご飯 スープ ルーツ	豚肉ロースソテー スライストマトの玉ねぎソース ほうれん草のおかが和え ご飯 スープ ルーツ	地鶏のハーブ焼 オイルサーディンサラダ 水菜の辛子和え ご飯 スープ ルーツ	牛肉のみそ炒め 帆立の加風味煮 青梗菜の菊花浸し ご飯 スープ ルーツ		
	種類	しっぽくみそきし麺 ジャンボ蒸しゅうまい ほうれん草のくるみ和え かっぱ巻 甘酢生姜 ルーツ	五目にゆう麺 ローストビーフサラダ せり入お浸し ルーツ おしんこ巻 甘酢生姜	天婦羅そば 黒ごま豆腐 ルーツ 青梗菜の煮浸し 六子手まり寿司 甘酢生姜	長崎風皿うどん (焼そば揚げ細麺) 香味温奴 ルーツ セロリとアロエの酢物 奈良漬巻 甘酢生姜	シーフードお好み焼 厚揚げと六角里芋の田楽 ほうれん草のおかが和え フルーツ 甘酢生姜 厚焼卵にぎり寿司	六子茶そば 牛肉と六角里芋煮 水菜の辛子和え ルーツ ツナマヨ巻 甘酢生姜	しっぽくうどん 旬の炊合せ 青梗菜の菊花浸し 巻寿司 甘酢生姜 ルーツ		

※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 1月23日(火)17:00までにフロントへお出ください。

◎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。