

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

4月7日 ~ 4月13日

		7 日曜	8 月曜	9 火曜	10 水曜	11 木曜	12 金曜	13 土曜
朝食	和食	焼ししゃも 胡瓜とキャベツの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼かまぼこ 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	いわしの一夜干し焼 なすとインゲンの酢物 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	焼さけ ごぼうのやわらか煮 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	がんもと里芋煮 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚揚げのおろし煮 ブロッコリーの和え物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	デニッシュパン 温緑黄色野菜サラダ 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	胚芽ロールパン ハッシュドポテト ツナサラダ みそスープ バナナ	はちみつりんごパン ベーコン入野菜炒め みそスープ バナナ	全粒粉ロールパン クラムチャウダー 春キャベツサラダ バナナ	ロールパン 野菜入り卵焼 盛りだみそスープ バナナ	いちご入りフルーツサンド (デザート系の甘いサンド) ウィンナーの根菜スープ ブロッコリーサラダ ヤクルト
昼食	和食	ちらし寿司 小いわしの天婦羅 小松菜の山芋とろろ和え みそ汁 甘酢生姜 フルーツ	さけのつけ焼 ふきのそぼろ煮 フルーツ カリフラワーのわさび和え ご飯 みそ汁 香物	三色そばろ飯 高野豆腐と根菜の煮物 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 香物 フルーツ	豚肉の卵黄焼 さつまいものレモン煮 小松菜ソテー フルーツ ご飯 みそ汁 香物	焼開きかます 竹の子の炒り煮 フルーツ カリフラワーのゆかり和え ご飯 みそ汁 香物	山菜・えび炊込み飯 牛肉と南瓜の煮合せ ほうれん草のごま和え みそ汁 香物 フルーツ	焼さばの大葉ボン酢 ひじきと五目大豆煮 アロエの酢物 フルーツ ご飯 みそ汁 香物
	洋食 中華	鶏肉南蛮 ビーンズサラダ 小松菜の山芋とろろ和え ご飯 スープ フルーツ	カレーライス 福神漬 卵グリーンサラダ カリフラワーのわさび和え スープ フルーツ	ハムカツレツ じゃこ大根サラダ ブロッコリーのおかか和え ご飯 スープ フルーツ	かれいのタルタル焼 トマト豆腐サラダ 小松菜ソテー ご飯 スープ フルーツ	えびと厚揚げの旨煮 ほうれん草サラダ カリフラワーのゆかり和え ご飯 スープ フルーツ	子持ちししゃもフライ ごぼうサラダ ほうれん草のごま和え ご飯 スープ フルーツ	冷牛しゃぶ ひじきと五目大豆煮 アロエの酢物 ご飯 かき卵スープ フルーツ
	麺類	武蔵野うどん 小いわしの天婦羅 小松菜の山芋とろろ和え いなり寿司 甘酢生姜	鶏ねぎうどん 卵グリーンサラダ フルーツ 香物 ふりかけおにぎり	牛肉おぼろそば 根菜の煮物 ブロッコリーのおかか和え いなり寿司 甘酢生姜	冷麺 トマト豆腐サラダ 小松菜ソテー 焼おにぎり 香物	イタリアンうどん ほうれん草サラダ カップスープ フルーツ ミルクパン	ざるそば 牛肉の煮物 ごぼうサラダ 炊込みおにぎり 香物	クリームパスタ アロエの酢物 かき卵スープ フルーツ 胚芽ロール
夕食	和食	かわはぎの煮つけ みょうがと揚なすボン酢 青梗菜のピーナツ和え ご飯 吸物 フルーツ 香物	和風牛おろしステーキ ごま豆腐の銀あんかけ 芽かぶと胡瓜の三杯酢 ご飯 吸物 フルーツ 香物	きすの天婦羅 春キャベツとあさりのみそ和え 舞茸ともずくの土佐酢 ご飯 吸物 フルーツ 香物	はまちの照焼 切干大根のホリタ風 れんこんのごま揚出し ご飯 吸物 フルーツ 香物	和風カレー 信田袋の煮合せ 貝柱とねぎの酢みそ和え 吸物 香物&ラッキョ フルーツ	たいの木の芽みそ焼 かつえんどうの卵とじ ところ天入りなます ご飯 吸物 フルーツ 香物	さけ・いくら寿司丼 つくねの炊合せ 小松菜のなめこ和え 吸物 フルーツ 甘酢生姜
	洋食 中華	フルーツ入酢豚 中華風三色冷奴 青梗菜のピーナツ和え ご飯 スープ フルーツ	さけのグリル焼 ~温野菜添え~ ごま豆腐の銀あんかけ さつまいものシナモン煮 ご飯 スープ フルーツ	豚肉ソテー ホタテマリネ 春キャベツとあさりのみそ和え ご飯 スープ フルーツ	花野菜洋風おでん ハーブチキンサラダ 切干大根のホリタ風 ご飯 フルーツ	フライ盛合せ ~タルタルソース~ アボガドとツナサラダ 信田袋の煮合せ ご飯 スープ フルーツ	豚ひれ肉のベーコン巻 たらこポテトサラダ ところ天入りなます ご飯 スープ フルーツ	鴨肉と青梗菜の 甘みそ炒め 山芋のピザ風オープン焼 小松菜のなめこ和え ご飯 スープ フルーツ
	麺類	ぶっかけピリ辛冷そば ~牛肉キムチ入り~ 中華風三色冷奴 フルーツ 青梗菜のピーナツ和え かっぱ巻 甘酢生姜	揚そばの八宝あんかけ 芽かぶと胡瓜の三杯酢 さつまいものつけ焼 フルーツ 豆ご飯 香物	天津麺 ホタテマリネ 舞茸ともずくの土佐酢 天むす 香物 フルーツ	天婦羅冷うどん ツナ焼しゅうまい 切干大根のホリタ風 大葉おしんこ巻 フルーツ 甘酢生姜	カルボナーラパスタ アボガドとツナサラダ 貝柱とねぎの酢みそ和え おむすび 香物 フルーツ	うなぎ・とろろうどん かつえんどうの卵とじ ところ天入りなます 奈良漬巻 甘酢生姜 フルーツ	しっぽくにゅう麺 山芋のピザ風オープン焼 小松菜のなめこ和え 中巻寿司 甘酢生姜 フルーツ

※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 4月2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。