

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

4月14日 ~ 4月20日

		14 日曜	15 月曜	16 火曜	17 水曜	18 木曜	ミニ イベント	19 金曜	食育豆	20 土曜
朝 食	和食	ごぼう天と野菜煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼あじ 白菜のしょうが和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほっけの焼物 おくらともやし和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天の煮物 キャベツとなめ茸和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのみそ煮 白菜と昆布和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物		いわし一夜干し焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		さばの焼物 胡瓜と白菜の酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	- 豆乳パン ハムホテサダ 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	はちみつりんごパン バナナとじゃが芋のバター焼 みそスープ 盛サラダ バナナ	全粒粉ロールパン ツナ・ビーンズサラダ みそスープ バナナ	クロワッサン ウィンナー入野菜炒め みそスープ バナナ		フルーツくるみロール 白菜とかにかまのスープ 盛サラダ バナナ		三角野菜サンド フルーツサラダ 豆腐入かき卵スープ ヤクルト
昼 食	和食	いわしの梅煮 ミニ南瓜コロケ 切干大根酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	焼さけの明太子焼 里芋煮 フルーツ ほうれん草の梅肉和え ご飯 みそ汁 香物	親子丼 紅生姜 えびつみれとれんこん煮 フロッコリーのパン粉酢 みそ汁 香物 フルーツ	豆腐ハンバーグ ～おろしポン酢～ 切昆布の炒り煮 かにかまと胡瓜のお浸し ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	鶏肉のゆずこしょう炒め 里芋の田舎風煮 アスパラの酢物 フルーツ ご飯 みそ汁 香物		豚肉の大葉炒め 豆腐の卵とじ フルーツ 小松菜ののり和え ご飯 みそ汁 香物		あさり・山菜ちらし寿司 はんぺんの磯辺揚げ 小松菜のごま和え みそ汁 甘酢生姜 フルーツ
	洋食 中華	肉団子の中華炒め ビーンズサラダ 太もやしの大葉浸し ご飯 スープ フルーツ	五目あんかけ炒飯 ロールキャベツのソテー煮 ほうれん草の梅肉和え スープ フルーツ 福神漬	サーモンフライ 南瓜サラダ フロッコリーのパン粉酢 ご飯 スープ フルーツ	鶏肉の五目野菜炒め さつま芋とじゃがサダ かにかまと胡瓜のお浸し ご飯 スープ フルーツ	[ミニイベント] ～サンドイッチフェスタ～ メンチカツサンド 緑黄色野菜サンド 抹茶小倉サンド フライドポテト 玉ねぎ豆乳みそポタージュスープ フルーツ		あじのごま衣揚げ 大根サラダ 小松菜ののり和え ご飯 スープ フルーツ		豚肉と豆のクリーム煮込み 春雨サラダ 小松菜のごま和え ご飯 スープ フルーツ
	種類	カレーうどん ビーンズサラダ 太もやしの大葉浸し いなり寿司 甘酢生姜	しょうゆラーメン ロールキャベツのソテー煮 ほうれん草の梅肉和え 炒飯 福神漬	牛肉・梅しそにゅう麺 えびつみれとれんこん煮 南瓜サラダ ちらし寿司 甘酢生姜	ワンタン麺 さつま芋とじゃがサダ かにかまと胡瓜のお浸し 焼おにぎり 香物	穴子にら卵そば 里芋の田舎風煮 アスパラの酢物 ちらし寿司 甘酢生姜		たこ焼付やきそば 大根サラダ カブスープ 小松菜ののり和え ふりかけおにぎり 香物		きのこ山菜うどん はんぺんの磯辺揚げ 小松菜のごま和え いなり寿司 甘酢生姜
夕 食	和食	豆ごはん 金目鯛と花野菜の ごま油炒め 山芋とえびの白煮 焼なすのゆずしょうゆ みそ汁 フルーツ 香物	ぶり大根 枝豆の白和え 五色なます 香物 ご飯 赤出汁 フルーツ	すずきのもろみ焼 南瓜の梅酒煮 もすくの菊花酢 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	かれいの唐揚げ あさりの炊合せ セロリと大豆の酢物 ご飯 吸物 フルーツ 香物	えびフライ 茶碗蒸し うどの五色生酢 ご飯 吸物 フルーツ 香物		たいの若竹煮 干しえび入かき揚げ 三色なます フルーツ ご飯 みそ汁 香物		はまちのお造り 高野豆腐と炒り煮合せ 菜の花の辛子和え 香物 ご飯 吸物 フルーツ
	洋食 中華	豚肉のバルサミコ酢 さけと菜の花ミソラッ アロエサラダ ご飯 スープ フルーツ	マーボー豆腐 貝柱とアスパラのソテー 五色なます ご飯 スープ フルーツ	牛肉ソテー ～デミグラスソース～ 豆腐ピザ もすくの菊花酢 ご飯 スープ フルーツ	豚肩肉の ～バーベキューソース～ ステーキとソテーの炒め物 セロリと大豆の酢物 ご飯 スープ フルーツ	ハンバーグと新玉葱 のグラタン 蒸鶏ともやしのごまマヨ和え アボカドとなすの炒め物 ご飯 スープ フルーツ		海鮮ピラフ 豚しゃぶわかめサラダ 三色なます スープ フルーツ 福神漬		ビーフシチュー いかのバター炒め 菜の花の辛子和え ご飯 フルーツ
	種類	シーフードお好み焼 さけと菜の花ミソラッ アロエサラダ フルーツ 洋風巻寿司 甘酢生姜	肉みそそば 枝豆の白和え 五色なます フルーツ じゃがいなり寿司 甘酢生姜	天婦羅うどん 南瓜の梅酒煮 もすくの菊花酢 フルーツ かつば巻 甘酢生姜	あなご茶そば あさりの炊合せ フルーツ セロリと大豆の酢物 奈良漬巻 甘酢生姜	さけと菜の花パスタ 蒸鶏ともやしのごまマヨ和え アボカドとなすの炒め物 菜飯むすび 香物 フルーツ		かき揚げにゅう麺 豚しゃぶわかめサラダ 三色なます フルーツ ご飯物 福神漬		豚カツラーメン 高野豆腐と炒り煮合せ 菜の花の辛子和え フルーツ おしんこ巻 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 4月 9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。