

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

5月12日 ~ 5月18日

		12 日曜	13 月曜	14 火曜	15 水曜	16 木曜	17 金曜	18 土曜
朝食	和食	いわしの一夜干し 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	高野豆腐の卵とし 白菜のカラフル和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	赤魚の粕漬焼 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 キャバツとおくらの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのみりん焼 胡瓜のごま和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天と野菜煮 納豆 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	レーズン&くるみロール ハッシュドポテト りんごサラダ みそスープ バナナ	ロールパン ツナのチーズ焼 みそスープ 盛サラダ フルーツカクテル	ミックスサンド トマトサラダ みそスープ ヤクルト	クロワッサン 南瓜ポタージュスープ かにかまサラダ バナナ	胚芽ロールパン プレーンオムレツ アスパラサラダ みそスープ バナナ	ミルクパン 温野菜ウィンナーサラダ みそスープ バナナ	フルーツサンド (デザート系の甘いサンド) 豆腐おかかサラダ みそスープ 切れ
昼食	和食	あじフライ 里芋のごった煮 ブロッコリーの梅肉酢 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	さばの梅煮 切干大根酢 香物 さつまいものレーズン煮 ご飯 みそ汁 フルーツ	さけの焼物 ひじきの煮物 香物 絹さやのごま浸し ご飯 みそ汁 フルーツ	牛丼 揚げ出し豆腐 香物 ほうれん草のお浸し みそ汁 フルーツ 紅生姜	鶏肉の卵黄焼 南瓜のレモン風味煮 きのこソテー フルーツ ご飯 みそ汁 香物	肉じゃが 小松菜ののり和え かき揚げのしょうが酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さけのつけ焼 ひじきと五目大豆煮 大学芋 フルーツ ご飯 みそ汁 香物
	洋食 中華	ロールキャバツのトマト入り 里芋のごった煮 ブロッコリーの梅肉酢 ご飯 スープ フルーツ	棒々鶏 白菜のじゃこ和え さつまいものレーズン煮 ご飯 スープ フルーツ	ゆで豚の野菜あんかけ きのこソテー 絹さやのごま浸し ご飯 スープ フルーツ	たらちのチーズ焼 じゃが芋の加風味煮 ほうれん草のお浸し ご飯 スープ フルーツ	カレーライス 緑黄色野菜サラダ きのこソテー 福神漬 カップスープ フルーツ	中華丼 水ギョーザ 小松菜ののり和え フルーツ 紅生姜	冷牛しゃぶ ひじきと五目大豆煮 大学芋 ご飯 スープ フルーツ
	麺類	ワンタン汁ビーフン ブロッコリーの梅肉酢 フルーツ 焼おにぎり 香物	サラダうどん 白菜のじゃこ和え さつまいものレーズン煮 いなり寿司 甘酢生姜	ミートスパゲティ 絹さやのごま浸し スープ フルーツ 胚芽ロールパン	ざるそば 揚げ出し豆腐 ほうれん草のお浸し ちらし寿司 甘酢生姜	冷麦 南瓜のレモン風味煮 きのこソテー いなり寿司 甘酢生姜	ソーメンチャップル 小松菜ののり和え かき揚げのしょうが酢 おにぎり スープ 香物	クリームパスタ アロエサラダ カップスープ 大学芋 胚芽ロールパン
夕食	和食	おでん風旨煮 竹の子の木の芽和え なめ茸入山芋とろろ ご飯 吸物 フルーツ 香物	あじの塩焼 六角里芋田楽 アロエの酢物 フルーツ ご飯 吸物 香物	和風煮込みハンバーグ 旬の炊合せ りんごと白菜のごま酢和え ご飯 吸物 香物 フルーツ	豚肉のしょうが炒め あさりと青葱のぬた 青梗菜のお浸し 香物 ご飯 吸物 フルーツ	串揚げフライ うどとふきの金平 春雨五色なます 香物 ご飯 吸物 フルーツ	さわらの菜種焼 鶏ささみの和え物 ところ天入酢物 香物 ご飯 吸物 フルーツ	たいのいくら寿司丼 つくねの炊合せ 小松菜のなめこ和え 赤出汁 フルーツ 甘酢生姜
	洋食 中華	大えびのチリソース ごま豆腐 アスパラとアボカドサラダ ご飯 スープ フルーツ	豚丼 切りと胡瓜の洋風和え アロエの酢物 紅生姜 かき卵スープ フルーツ	鴨肉の海鮮炒め 蒸しゅうまいの三種盛り りんごと白菜のごま酢和え ご飯 スープ フルーツ	めんたいのアーモンド焼 ポトフ (洋風おでん) 青梗菜のお浸し フルーツ サラダライス (洋風散らし寿司)	牛焼肉の アボカドソース アボカドとなすの炒め物 春雨五色なます 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 ところ天入酢物 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	たい茶そば ごま豆腐 フルーツ 竹の子の木の芽和え ご飯物 香物	五目にゆう麺 切りと胡瓜の洋風和え アロエの酢物 フルーツ おしんこ巻 甘酢生姜	まぐろ竜田の こってりラーメン 蒸しゅうまいの三種盛り りんごと白菜のごま酢和え かっぱ巻 甘酢生姜 フルーツ	かき揚げし麺 あさりと青葱のぬた 青梗菜のお浸し フルーツ 梅大葉巻 甘酢生姜	シーフードアスパラ炒め うどとふきの金平 アボカドとなすの炒め物 ご飯物 香物 フルーツ	穴子・とろろうどん 鶏ささみの和え物 ところ天入酢物 フルーツ 中巻寿司 甘酢生姜	しっぽくにゆう麺 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 5月 7日(火)17:00までにフロントへお申し出ください。

◎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。