

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

4月21日 ~ 4月27日

		21 日曜	22 月曜	23 火曜	24 水曜	25 木曜	26 金曜	27 土曜
朝食	和食	赤魚の焼物 キャバツの塩昆布和え 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	目玉焼 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 おくらのしょうが酢 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 胡瓜とキャバツの酢物 ご飯 みそ汁 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	あじのみりん干し焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	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	ロールパン ハッシュドポテト みそスープ さけフルーツが バナナ	りんごはちみつパン 具沢山根菜スープ ハムサラダ バナナ	デニッシュパン ウイザー入スクラブ ルイガ みそスープ アパラサラダ 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) 温野菜ベーコンサラダ みそスープ ヤクルト	クロワッサン カボチャジュース ほうれん草サラダ バナナ
昼食	和食	肉じゃが 厚揚げのなめ茸おろし 春雨と胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さけの塩焼 切昆布大豆煮 フルーツ 加ワワとのおくらの和え物 ご飯 みそ汁 香物	焼あじの酢漬け さつま芋のパン煮 ブロッコリーのお浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	おろし豚かつ 白菜のじゃこ和え トとキャバツのわさび酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	南瓜のそぼろあんかけ はんぺんのごま風味揚げ もやしゆかり和え ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	豚肉とほうれん草の ゴマ油炒め アコと白菜のソテー煮 いんげんとなすの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	さばのみそ煮 れんこん金平 ブロッコリーと胡瓜の甘酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ
	洋食 中華	焼たらのオムライス 揚春巻き きのこサラダ ご飯 スープ フルーツ	ハヤシライス ツナ&アパラソテー 加ワワとのおくらの和え物 カアスープ フルーツ 福神漬	焼肉ピピン丼 (焼肉と練切野菜のピリ辛) 蒸しゅうまい フルーツ ブロッコリーのお浸し きくらげスープ 紅生姜	クリームシチュー 卵サラダ トとキャバツのわさび酢 ご飯 フルーツ	エビチリソース 厚揚げのしょうが煮 やわらかごぼうサラダ ご飯 スープ フルーツ	さけのムニエル アコと白菜のソテー煮 いんげんとなすの酢物 ご飯 スープ フルーツ	牛肉コロッケ 豆腐・小松菜サラダ ブロッコリーと胡瓜の甘酢 ご飯 かき卵スープ フルーツ
	麺類	冷そうめん 揚春巻き フルーツ いなり寿司 甘酢生姜	にんにくみそラーメン 切昆布大豆煮 香物 ツナ&アパラソテー ふりかけおにぎり	豚汁にゅう麺 蒸しゅうまい ブロッコリーのお浸し いなり寿司 甘酢生姜	チャンポン麺 白菜のじゃこ和え 卵サラダ のりむすび 香物	山菜とろろざるそば はんぺんのごま風味揚げ やわらかごぼうサラダ いなり寿司 甘酢生姜	カレーうどん アコと白菜のソテー煮 いんげんとなすの酢物 焼おにぎり 香物	冷麦 豆腐・小松菜サラダ れんこん金平 ちらし寿司 甘酢生姜
夕食	和食	あじのにんにく しょう油焼 牛肉とアスパラのごま和え ぼたるといかの酢みそかけ ご飯 吸物 香物 フルーツ	本めばるの揚煮 卵の花 フルーツ ほうれん草のくるみみそ和え ご飯 吸物 香物	たいの野菜あんかけ 豆腐の挽肉包み揚げ 焼なす フルーツ ご飯 吸物 香物	さけの照焼 鶏つくねと里芋の銀あん 小松菜のみょうが浸し ご飯 吸物 香物 フルーツ	季節の天婦羅 根菜のごった煮 うどの酢物 フルーツ ご飯 吸物 香物	竹の子飯 ぶりの山椒焼 フルーツ 新玉ねぎの肉みそかけ ごま豆腐 吸物 香物	和風焼肉 わかさぎの酢漬け 青梗菜の錦糸浸し 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ
	洋食 中華	ビーフカツレツ ゴーヤサラダ 冷奴 フルーツ ご飯 スープ	回鍋肉 (豚肉とキャバツの四川炒め) 春雨中華サラダ ほうれん草のくるみみそ和え ご飯 スープ フルーツ	地鶏のナポリ風炒め 干しえびアーモンドサラダ 焼なす フルーツ ご飯 スープ	牛肉ロースステーキ スライストの玉ねぎソース 小松菜のみょうが浸し ご飯 スープ フルーツ	ロールキャバツポトフ (ロールキャバツ入洋風おでん) いかのリング揚げ うどの酢物 ご飯 ゼリー&フルーツ	揚豚の八宝あんかけ 大豆コーンサラダ ごま豆腐 ご飯 スープ フルーツ	かにマカロニグラタン スモークサーモンサラダ ジャンボ蒸しゅうまい ご飯 スープ フルーツ
	麺類	五目きし麺 牛肉とアスパラのごま和え 冷奴 フルーツ 梅肉巻 甘酢生姜	うなぎ茶そば 卵の花 フルーツ ほうれん草のくるみみそ和え 奈良漬巻 甘酢生姜	えび玉うどん 豆腐の挽肉包み揚げ 干しえびアーモンドサラダ おしんこ巻 甘酢生姜 フルーツ	冷麺 鶏つくねと里芋の銀あん 小松菜のみょうが浸し レタス炒飯 福神漬 フルーツ	カレー風味焼そば 根菜のごった煮 うどの酢物 小むすび 香物 フルーツ	しっぽく茶そば 新玉ねぎの肉みそかけ ごま豆腐 フルーツ 炊込おにぎり 香物	天婦羅きし麺 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16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。