

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

5月19日 ~ 5月25日

		19 日曜	20 月曜	21 火曜	22 水曜	23 木曜	ミニ イベント	24 金曜	25 土曜
朝食	和食	焼あじ 白菜のしょうが和え 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	ほっけの焼物 胡瓜とキャバツの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのみそ煮 白菜と塩こんぶ和え 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	がんもと里芋煮 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼さけ 里芋の煮物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	
	洋食	ロールパン あさり入りクリームスープ 春キャベツサラダ バナナ	デニッシュパン 豆腐ほうれん草サラダ みそスープ フルーツカクテル	レーズンくるみロールパン ベーコンビーンズサラダ みそスープ バナナ	胚芽ロールパン ハム入さつま芋サラダ みそスープ バナナ	三角野菜サンド 豆腐かき卵スープ フルーツサラダ ヤクルト	クロワッサン 野菜入り卵焼 盛りだ みそスープ バナナ	広島レモンパン ほうれん草とベーコンサラダ みそスープ バナナ	
昼食	和食	親子丼 紅生姜 えびつみれとれんこん煮 ブロッコリーのレモン酢 みそ汁 香物 ルーツ	揚さけのおろし煮 じゃこ入スクランブルエッグ 胡瓜の大葉和え 香物 ご飯 みそ汁 ルーツ	三色そばろ飯 高野豆腐と根菜の煮物 水菜の山芋とろろ和え みそ汁 香物 ルーツ	豚肉のゆずこしょう炒め 里芋の田舎風煮 アスパラの酢物 ルーツ ご飯 みそ汁 香物	炒鶏 白菜のゆかり和え なすの酢物 香物 ご飯 みそ汁 ルーツ	焼さばの大葉おろし ふきのそばろ煮 カリフラワーのわさび酢 ご飯 みそ汁 香物 ルーツ	もぐり寿司 小さいわしの天婦羅 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 甘酢生姜 ルーツ	
	洋食 中華	サーモンフライ さつま芋サラダ ブロッコリーのレモン酢 ご飯 スープ ルーツ	ハヤシライス じゃこ入スクランブルエッグ 胡瓜の大葉和え ルーツ カップスープ 福神漬	ハムカツレツ じゃこ大根サラダ 水菜の山芋とろろ和え ご飯 スープ ルーツ	かれいのタルタル焼 トマト豆腐サラダ アスパラの酢物 ご飯 スープ ルーツ	いわしのパン粉焼 卵&さつま芋サラダ 白菜のゆかり和え ご飯 スープ ルーツ	じゃこ海鮮ピビンバ ふきのそばろ煮 カリフラワーのわさび酢 スープ ルーツ	鶏肉南蛮 さつま芋サラダ ブロッコリーのおかか和え ご飯 スープ ルーツ	
	麺類	梅しそにゅう麺 さつま芋サラダ フルーツ ちらし寿司 甘酢生姜	みそ焼うどん じゃこ入スクランブルエッグ カップスープ フルーツ ふりかけおにぎり 香物	牛肉おぼろそば 根菜の煮物 フルーツ 甘酢生姜 そばろちらし寿司	穴子なら卵そば トマト豆腐サラダ フルーツ いなり寿司 甘酢生姜	【ミニイベント】 広島つけ麺(激辛) 卵&さつま芋サラダ 焼おにぎり フルーツ 香物	鶏ねぎうどん ふきのそばろ煮 カリフラワーのわさび酢 いなり寿司 甘酢生姜	白湯焼豚にゅう麺 さつま芋サラダ ブロッコリーのおかか和え いなり寿司 甘酢生姜	
夕食	和食	さばの竜田揚げ 南瓜の梅酒煮 もずくの菊花酢 香物 ご飯 みそ汁 ルーツ	和風焼肉 かつえんどうの卵とじ うどの五色生酢 ご飯 吸物 ルーツ 香物	たいの若狭焼 みょうがとなすの湯浸し 青梗菜のピーナツ和え ご飯 吸物 ルーツ 香物	きすの天婦羅 あさりと胡瓜の いりこみそ もずくと舞茸の土佐酢 ご飯 吸物 ルーツ 香物	牛肉のすき焼き風 煮込み ごま豆腐と山菜盛り 芽かぶと胡瓜の三杯酢 ご飯 みそ汁 ルーツ 香物	ぶりの照焼 ほうれん草とあさりの 辛子マヨネーズ 大学芋の付けかけ ご飯 吸物 香物 ルーツ	うなぎの蒲焼 かにしぐれの土佐酢 南瓜のいとこ煮 ルーツ ご飯 赤出汁 奈良漬	
	洋食 中華	牛肉ソテー ～デミグラスソース～ 豆腐ピザ もずくの菊花酢 ご飯 スープ ルーツ	シーフードグラタン 蒸豚ともやしの ごまマヨ和え うどの五色生酢 ご飯 スープ ルーツ	フルーツ入り酢豚 中華風三色冷奴 青梗菜のピーナツ和え ご飯 スープ ルーツ	豚肉ステーキ ホタテマリネ あさりと胡瓜の いりこみそ ご飯 スープ ルーツ	さけのグリル焼 ～温野菜添え～ ごま豆腐と山菜盛り さつま芋のシナモン煮 ご飯 スープ ルーツ	赤身すじ肉ビーフカレー ハイカラサラダ ほうれん草とあさりの 辛子マヨネーズ フルーツ 福神漬	ぶりのムニエル～きのこソース～ 貝柱風味フライ 南瓜のいとこ煮 ご飯 スープ ルーツ	
	麺類	天婦羅うどん 南瓜の梅酒煮 もずくの菊花酢 ルーツ かっぱ巻 甘酢生姜	合挽肉の辛旨麺 かつえんどうの卵とじ うどの五色生酢 ルーツ 高菜炒飯 福神漬	ぶっかけピリ辛 牛肉キムチ冷そば 中華風三色冷奴 青梗菜のピーナツ和え かっぱ巻 ルーツ 甘酢生姜	天津麺 ホタテマリネ ルーツ あさりと胡瓜の いりこみそ 福神漬しそ巻 甘酢生姜	長崎風皿うどん (焼そば揚げ細麺) さつま芋のシナモン煮 芽かぶと胡瓜の三杯酢 フルーツ 紅生姜 菜飯むすび 香物	豚カツラーメン ほうれん草とあさりの 辛子マヨネーズ 大学芋の付けかけ 菜飯 香物 ルーツ	広島風お好み焼 貝柱風味フライ 南瓜のいとこ煮 奈良漬巻 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 5月14日(火)17:00までにフロントへお出しください。  
 ◎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。