

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

6月30日 ~ 7月6日

		30 日曜	7/1 月曜	お朔日	2 火曜	3 水曜	4 木曜	5 金曜	6 土曜	夕食 イベント
朝 食	和食	焼ししゃも ごぼうのやわらか金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほっけの焼物 里芋の煮物 ご飯 かき卵みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼かまぼこ 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼さけ 胡瓜とキャバツの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	がんもと里芋煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 ブロッコリーの和え物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		
	洋食	胚芽ロールパン 野菜入卵焼 ほうれん草炒め みそスープ パナナ	広島レモンパン ツナサラダ かき卵みそスープ ヤクルト	クロワッサン あさり入りクリーム カリフラワー炒め バナナ	三角野菜サンド ハムサラダ みそスープ ヤクルト	デニッシュパン ウイナー入野菜炒め みそスープ バナナ	バターロールパン とろっとオムレツ 盛サラダ 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		
昼 食	和食	三色そぼろ飯 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 フルーツ	肉豆腐 小松菜ののり和え かぼちゃのしょうが酢 ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	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 フルーツ ご飯 みそ汁 香物	焼さばの大葉おろし 心きの炒りそぼろ煮 カリフラワーのわさび酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	枝豆とえび炊込み飯 牛肉とさつま芋の煮合せ ほうれん草のごま和え みそ汁 香物 フルーツ	親子丼 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 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	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 フルーツ	いわしのパン粉焼 南瓜サラダ かぼちゃのしょうが酢 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 アスパラの酢物 ご飯 スープ フルーツ	焼肉ビビンバ丼 (焼肉と練切野菜のピリ辛) 蒸キョーザ フルーツ カリフラワーのわさび酢 きくらげスープ	子持ししゃもフライ 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	牛肉の五目野菜炒め さつま芋とじゃこ炒め ブロッコリーのレモン酢 ご飯 スープ フルーツ	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		
	種類	牛肉おぼろそば じゃこ大根サラダ 根菜の煮物 えびそぼろ飯 香物	ミートスパゲティー 小松菜ののり和え 南瓜サラダ スープ パン	穴子にら卵にゅう麺 トマト豆腐サラダ 里芋の田舎風煮 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	ざるそば 牛肉の煮物 ほうれん草のごま和え 炊込おにぎり 香物	冷そうめん えびつみれとれんこん煮 フルーツ いなり寿司 甘酢生姜	クリームパスタ アロエサラダ 大学芋 スープ パン		
夕 食	和食	本めばるの煮つけ みょうがとなすの揚げ 青梗菜のピーナツ和え ご飯 五目汁 フルーツ 香物	お赤飯 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煮 吸物 フルーツ 香物	はまちの照焼 ごま豆腐の銀あんかけ 切干大根のナポリタン風 ご飯 吸物 フルーツ 香物	ビーフカツレツ ~デミグラスソース~ れんこんのカレー味煮 芽かぶと胡瓜の三杯酢 ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	さわらの菜種焼 焼なすのとろろかけ ところ天入酢物 香物 ご飯 吸物 フルーツ	ぶり大根 アロエ入り白和え 五色なます 香物 ご飯 赤出汁 フルーツ	【イベント食】 ひまわりの輝き ・スタミナ丼 (うなぎ・穴子・牛カルビ...)		
	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	豚丼 甘エビミニカルパッチョ あさりと胡瓜の いりこみそ スープ フルーツ	豚ひれ肉のベーコン巻 ごま豆腐の銀あんかけ 切干大根のナポリタン風 ご飯 スープ フルーツ	さけのグリル焼 ~温野菜添え~ れんこんのカレー味煮 さつま芋のシナモン煮 ご飯 スープ フルーツ	天津中華丼 たらこポテトサラダ ところ天入酢物 スープ フルーツ	鴨肉のブルー煮 貝柱とアスパラ炒め アロエ入り白和え ご飯 スープ フルーツ	・はものおろし煮 ・すずきの洗い ~梅肉ソース~ ・焼なすと冬瓜の中華和え ・ぞうめん汁 ・マンゴープリン ・茶漬		
	種類	ぶっかけ 牛肉キムチ冷うどん 中華風三色冷奴 青梗菜のピーナツ和え かつば巻 フルーツ 甘酢生姜	天津麺 甘エビミニカルパッチョ あさりと胡瓜の いりこみそ 押し赤飯 香物 フルーツ	関西風お好み焼 ジャンボ蒸しシューマイ 切干大根のナポリタン風 大葉おしんこ巻 甘酢生姜 フルーツ	うなぎとろろきし麺 さつま芋のシナモン煮 芽かぶと胡瓜の三杯酢 厚焼卵にぎり寿司 フルーツ 甘酢生姜	長崎風皿うどん (焼きそば揚げ細麺) たらこポテトサラダ ところ天入酢物 フルーツ 紅生姜 ご飯物 香物	北海白湯ラーメン アロエ入り白和え 五色なます フルーツ レタス炒飯 福神漬	鶏肉ステーキ 夏野菜のおろし煮 なす田楽 ご飯 スープ フルーツ ※洋食でご予約願います。		

※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 6月25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。

