

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

7月28日 ~ 8月3日

		28 日曜	29 月曜	30 火曜	31 水曜	8/1 木曜	お朔日	2 金曜	3 土曜	夕食 イベント
朝食	和食	焼さけ 胡瓜とキャブの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	つみれと野菜の煮物 温 奴 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 山芋とろろ ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのしょうが煮 納 豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほっけの焼物 なめ茸のお浸し ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほうれん草の卵とし おぐらのゆかり和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼あじ 納 豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼あじ 納 豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	475 475 18.9 9.8 2.7
	洋食	全粒粉入ロール ウイナー入野菜炒め 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) かかハ - ソサラダ みそスープ ヤクルト	広島レモンパン ハム入クラッブルイッ 盛サラダ みそスプ バナナ	三角野菜サンド あさり入クリームスプ 盛サラダ ヤクルト	クロワッサン 根菜のかき卵スープ 盛サラダ バナナ	ソフトロール かにかまじゃが芋スプ 焼 盛サダ みそスプ バナナ	ミルクパン ツナ入マカロニサダ みそスープ バナナ	516 516 19.4 16.4 2.7	516 516 19.4 16.4 2.7
昼食	和食	焼あじの大葉おろし ふきのそぼろ煮 カリフラワーのわさび酢 ご飯 みそ汁 香物 フルツ	かわいいの明太子焼 れんこんのおかか煮 なすの和え物 フルツ ご飯 吸物 香物	牛肉の柳川風旨煮 冷奴 フルツ ブロッコリーのかつお酢 ご飯 みそ汁 香物	サーモンフライ 切干大根煮 フルツ おぐらとハムの酢物 ご飯 みそ汁 香物	南瓜のそぼろ煮 ちくわの磯辺揚げ いんげんと胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルツ	五目ちらし寿司 揚出し豆腐 ほうれん草の抹茶浸し みそ汁 甘酢生姜 フルツ	焼たち魚のみぞれ煮 厚焼卵の野菜あんかけ かきハのゆかり酢 フルツ ご飯 みそ汁 香物	623 623 25.4 18.7 2.9	623 623 25.4 18.7 2.9
	洋食 中華	焼肉ビビンバ丼 (焼肉と練切野菜のピリ辛) カリフラワーのわさび酢 香味冷奴 フルツ ワンタンスープ 紅生姜	鶏肉の唐揚げ 春雨サラダ なすの和え物 ご飯 スープ フルツ	ドライカレー豚カツ ビーンズサラダ ブロッコリーのかつお酢 スープ フルツ 福神漬	豚肉とピーマン炒め じゃこマカロニサダ 切干大根煮 ご飯 スープ フルツ	さばのガーチーズ 焼 さつま芋サラダ いんげんと胡瓜の酢物 ご飯 スープ フルツ	レバニラ炒め 卵・大葉サラダ ほうれん草の抹茶浸し ご飯 スープ フルツ	カニクリームコロッケ 厚焼卵の野菜あんかけ かきハのゆかり酢 ご飯 スープ フルツ	689 689 26.8 25.6 3.1	689 689 26.8 25.6 3.1
	麺類	鶏ねぎうどん 香味冷奴 カリフラワーのわさび酢 ふりかけおにぎり 香物	冷そうめん 蒸しゅうまい なすの和え物 ちらし寿司 甘酢生姜	ナポリタンパスタ ビーンズサラダ 冷奴 スープ ロールパン	冷し汁ビーフン 切干大根煮 おぐらとハムの酢物 焼おにぎり 香物	ざるそば ちくわの磯辺揚げ さつま芋サラダ いなり寿司 甘酢生姜	カレーラーメン ほうれん草の抹茶浸し 卵・大葉サラダ ちらし寿司 甘酢生姜	レモン冷麦 厚焼卵の野菜あんかけ かきハのゆかり酢 ふりかけおにぎり 香物	669 669 17.4 13.4 3.2	669 669 17.4 13.4 3.2
夕食	和食	さばのもろみ焼 枝豆入白和え 六角里芋の梅酒煮 ご飯 みそ汁 香物 フルツ	天婦羅盛合せ 八宝袋煮 五色なます フルツ ご飯 みそ汁 香物	あじの南蛮漬け 京風しゅうまい フルツ 青梗菜のみょうが和え ご飯 吸物 香物	すずきの梅しそ焼 南瓜のレーズン煮 芽かぶ生酢 フルツ ご飯 吸物 香物	赤飯 ぶりの照焼 厚揚げのえびかき卵あん ごぼうのごま金平 吸物 フルツ 香物	骨付鶏もも肉の山賊焼 そら豆入白和え フルツ ところ天入もずく酢 ご飯 吸物 香物	【イベント食】 鉄板焼牛肉ジャンボ ステーキ ~夏編~ *まぐろとアボカドサラダ *枝豆とむぎの田楽みそ *冬瓜と豚肉のあんかけ *胡瓜と枝豆ご飯 *冷製オニオンポテトスープ *黒糖くずもち *茶康漬	655 655 25.8 26.9 3.1	655 655 25.8 26.9 3.1
	洋食 中華	豚肉の角煮 枝豆入白和え 六角里芋の梅酒煮 ご飯 スープ フルツ	まぐろのカルパッチョ オリーブサラダ 八宝袋煮 ご飯 スープ フルツ	鶏手羽肉のトマト煮 貝柱とセロリマリネ 青梗菜のみょうが和え ご飯 スープ フルツ	えびのタルタルソース 南瓜のレーズン煮 芽かぶ生酢 ご飯 スープ フルツ	豚肩肉かぼ たら煮込み 厚揚げのえびかき卵あん ごぼうのごま金平 ご飯 スープ フルツ	海鮮クリームシチュー セロリ&アロエサダ ところ天入もずく酢 ご飯 フルツ	859 859 30.4 29.9 4	859 859 30.4 29.9 4	
	麺類	夏野菜かき揚そば 枝豆入白和え フルツ 六角里芋の梅酒煮 おしんこ巻 甘酢生姜	すき焼風うどん 八宝袋煮 五色なます フルツ 中巻寿司 甘酢生姜	天婦羅そば 京風しゅうまい フルツ 青梗菜のみょうが和え 一口むすび 香物	豚みそにゅう麺 南瓜のレーズン煮 芽かぶ生酢 フルツ 六子手まり寿司 甘酢生姜	しっぽくきし麺 厚揚げのえびかき卵あん ごぼうのごま金平 フルツ 型押し赤飯 香物	しっぽく稲庭うどん そら豆入白和え フルツ セロリ&アロエサダ かっぱ巻 甘酢生姜	679 679 20.4 20.3 3.4	679 679 20.4 20.3 3.4	

※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 7月23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。

*洋食でご予約願います。