

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

10月20日 ~ 10月26日

		20 日曜	21 月曜	22 火曜	23 水曜	24 木曜	25 金曜	26 土曜
朝食	和食	ほっけの焼物 納豆 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	赤魚の焼物 納豆 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	いわし一夜干し焼 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ほうれん草の卵とし なめ茸おろし ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばのみそ煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	デニッシュパン 温卵と根菜のスープ 盛りサラダ バナナ	フルーツダブルサンド (デザート系の甘いサンド) あさり入りクリームスープ 盛りサラダ ヤクルト	クロワッサン ツナ入マカロニサラダ みそスープ バナナ	ミルクブレッド ムスリング 盛りサラダ みそスープ バナナ	胚芽ロールパン ハッシュドポテト かにかまサラダ みそスープ バナナ	ロールパン かにかまじゃが芋チーズ焼 盛りサラダ みそスープ バナナ	三角野菜サンド ウィンナー温野菜サラダ みそスープ ヤクルト
昼食	和食	牛肉の柳川風旨煮 アスパラのおかか和え かりわりのポン酢 ご飯 吸物 香物	さごしのつけ焼 大学芋 フルーツ アスパラと胡瓜のごま酢和え ご飯 みそ汁 香物	鶏肉のみそ炒め 切干大根の煮物 ほうれん草のお浸し ご飯 吸物 香物	さけの南部焼 じゃが芋の明太子煮 なすの和え物 ご飯 かき卵汁 香物	あさり炊込み飯 はんぺんと南瓜煮 胡瓜の酢物 香物 みそ汁	焼さばの甘酢たれ ～薬味のせ～ さつま芋のきのこあんかけ アスパラと干しえびの酢物 ご飯 みそ汁 香物	海鮮ちらし寿司 ししゃもの天婦羅 絹さやのごま浸し みそ汁 甘酢生姜
	洋食	メンチカツレツ アスパラのおかか和え かりわりのレモン酢 ご飯 スープ フルーツ	ドライカレー (香辛料入) 大学芋 福神漬 さけフレックと大根サラダ スープ フルーツ	さけのクリーム煮 蒸しゆまい ほうれん草のお浸し ご飯 スープ フルーツ	えびカツフライ 豆腐と海藻サラダ なすの和え物 フルーツ ご飯 かき卵汁	白身魚フライ 大豆大葉サラダ 胡瓜の酢物 ご飯 スープ フルーツ	中華丼 揚春巻き アスパラと干しえびの酢物 スープ フルーツ	レバニラ炒め スパゲティサラダ 絹さやのごま浸し ご飯 スープ フルーツ
	麺類	梅しそとろろ ぶっかけにゅう麺 蒸きヨーザ アスパラのおかか和え いなり寿司 甘酢生姜	たこ焼付やきそば さけフレックと大根サラダ 大学芋 スープ ふりかけおにぎり 香物	ナポリタンパスタ 蒸しゆまい ほうれん草のお浸し スープ ロールパン	鶏肉の山菜そば 豆腐と海藻サラダ なすの和え物 ちらし寿司 甘酢生姜	きのこほうれん草 にゅう麺 はんぺんと南瓜煮 大豆大葉サラダ 炊込おにぎり 香物	カレーラーメン 揚春巻き さつま芋のきのこあんかけ 焼おにぎり 香物	梅しそうどん ししゃもの天婦羅 絹さやのごま浸し いなり寿司 甘酢生姜
夕食	和食	はまちの西京焼 あさりと水菜のお浸し ニラ卵 フルーツ ご飯 みそ汁 香物	豚肩ロースのしょうが焼 冬瓜のじゃこ煮 水菜のみぞれ和え ご飯 吸物 フルーツ 香物	たいの葱風味蒸し～ポン酢～ 南瓜のみょうが煮 アスパラの錦糸和え 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	おでん風旨煮 京風しゅうまい 香物 小松菜のみょうが浸し ご飯 みそ汁 フルーツ	ぶりの山椒焼 揚げ出し豆腐 フルーツ 青梗菜のアーモンド和え ご飯 吸物 香物	天婦羅盛合せ 六角里芋の田楽 三つ葉なま酢 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	たいのお造り 豚肉とさつま芋の煮合せ 絹さやのもろみ酢 ご飯 吸物 フルーツ 香物
	洋食	豚肉のパン粉焼 ニラ卵 フルーツ セロリのピーナツ和え ご飯 スープ	まぐろのカルパッチョ 冬瓜のじゃこ煮 水菜のみぞれ和え ご飯 スープ フルーツ	ホタテのベーコン巻 南瓜のみょうが煮 りんごとレーズンサラダ ご飯 スープ フルーツ	中華炊込飯 たらちり炒め 小松菜のみょうが浸し 中華スープ フルーツ 福神漬	ルブ 鶏のフルティータス いかのバター炒め 青梗菜のアーモンド和え ご飯 スープ フルーツ	牛肉さのこトマト汁 ほうれん草の たらこマヨネーズ和え 三つ葉なま酢 ご飯 フルーツ	えびのなす巻 さっぱりあんかけ ミモザサラダ 絹さやのもろみ酢 ご飯 スープ フルーツ
	麺類	洋風トマトにゅう麺 ニラ卵 フルーツ セロリのピーナツ和え ご飯物 香物	五目茶そば 冬瓜のじゃこ煮 フルーツ 水菜のみぞれ和え おしんこ巻 甘酢生姜	天婦羅うどん アスパラの錦糸和え フルーツ りんごとレーズンサラダ 手まり寿司 甘酢生姜	しっぽくみそきし麺 貝柱とアボガドサラダ 小松菜のみょうが浸し ご飯物 福神漬 フルーツ	麻婆豆腐あん焼そば いかのバター炒め 青梗菜のアーモンド和え ザーサイ押飯 フルーツ 香物	すき焼き風うどん 三つ葉なま酢 ほうれん草の たらこマヨネーズ和え ご飯物 フルーツ 香物	鴨南蛮きし麺 ミモザサラダ 絹さやのもろみ酢 ご飯物 香物 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 10月15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。