

【令和6年】

サニーコート広島《週間献立表》

12月22日 ~ 12月28日

		22 日曜	23 月曜	24 火曜	25 水曜	26 木曜	27 金曜	28 土曜
朝食	和食	いわし一夜干し焼納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天の煮物 アロココーとしめじ和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さつま揚げの煮物 おろし納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	赤魚の焼物 白菜と塩昆布和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 ほうれん草のお浸し ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さごしのみりん焼 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 胡瓜となめ茸和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	ミルクブレッド ベーコン入野菜炒め みそスープ バナナ	ロールパン ツナ・じゃが芋のバター焼 みそスープ 盛りが バナナ	デニッシュパン 温玉と根菜スープ 盛りサラダ バナナ	よくばりサンド 盛りサラダ みそスープ ヤクルト	広島レモンパン ウイナーと野菜のソテー 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	野菜三角サンド ブロッコリーサラダ みそスープ ヤクルト
昼食	和食	他人丼 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 フルーツ	開かますの焼物 厚揚げとひじき煮 切干大根の大葉浸し ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	さばのうま煮 竹輪と切干大根煮 アロココーのゆかり浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	三色そぼろ飯 南瓜と根菜の炊合せ ほうれん草のごま和え みそ汁 香物 フルーツ	肉豆腐 小松菜ソテー カリフラワーののり酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	さけの南部焼 切昆布煮 香物 ほうれん草のおかか和え ご飯 みそ汁 フルーツ	かれの明太子焼 さつま芋のレモン煮 胡瓜と大根の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ
	洋食 中華	あじのソテー (中華ねぎあんかけ) えびつみれとれんこん煮 ブロッコリーのレモン酢 ご飯 スープ フルーツ	五目あんかけ炒飯 ロールキャベツのソテー 切干大根の大葉浸し スープ フルーツ 福神漬	ハヤシライス ツナ&コーン豆腐炒め アロココーのゆかり浸し スープ フルーツ	かにかまコロッケ 蒸しゅうまい ほうれん草のごま和え ご飯 スープ フルーツ	あじフライ ロールキャベツのトマト煮 カリフラワーののり酢 ご飯 スープ フルーツ	豚肉キムチ炒め(ピリ辛) 豆腐・大根サラダ ほうれん草のおかか和え ご飯 スープ フルーツ	麻婆なす豆腐丼 ミニクリームコロッケ 胡瓜と大根の酢物 スープ フルーツ
	種類	さけとほうれん草パスタ トマトサラダ カップスープ フルーツ 胚芽ロールパン	肉みそそば 厚揚げとひじき煮 切干大根の大葉浸し ちらし寿司 甘酢生姜	ソーメンチャップル 蒸しゅうまい 紅生姜 アロココーのゆかり浸し 焼おにぎり 香物	鶏ねぎそば 南瓜と根菜の炊合せ ほうれん草のごま和え そばちらし寿司 甘酢生姜	和風ラーメン ロールキャベツのトマト煮 カリフラワーののり酢 ふりかけおにぎり 香物	チャンポン麺 豆腐・大根サラダ ほうれん草のおかか和え しそ炒飯 福神漬	舞茸甘辛煮の 月見にゅう麺 ミニクリームコロッケ さつま芋のレモン煮 いなり寿司 甘酢生姜
夕食	和食	さけのもろみ焼 南瓜の梅酒煮 香物 もずくの三つ葉酢 ご飯 みそ汁 フルーツ	ぶり大根 三つ葉の白和え ごま豆腐 香物 ご飯 赤出汁 フルーツ	たいのけんちゃん焼 ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 フルーツ ご飯 吸物 香物	まぐろのお刺身 牛肉と高野豆腐の煮合せ 青梗菜の菊花酢 ご飯 吸物 クリスマスケーキ	さばの塩焼 茶碗蒸し フルーツ 春菊入り卵の花 ご飯 みそ汁 香物	うなぎの蒲焼 じゃが芋のそぼろ煮 絹さやのもろみ酢 フルーツ ご飯 赤出汁 奈良漬	かつおのたたき 根菜のごった煮 春菊の梅肉浸し フルーツ ご飯 吸物 香物
	洋食 中華	牛肉ソテー 〜デミグラスソース〜 豆腐ピザ アロエサラダ ご飯 スープ フルーツ	鴨肉のソテー風味照焼 ごま豆腐 三つ葉の白和え ご飯 スープ フルーツ	季節の洋風天婦羅 ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 ご飯 スープ フルーツ	ホワイトX'mas ・X'masチキン (鶏肉の照焼) ・ガーリックバターライス ・ジャコネソテー ・かぶとアロココーポテトスープ ・クリスマスケーキ 福神漬	大えびフライカレー 豚しゃぶサラダ 春菊入り卵の花 フルーツ ラッキョ	シーフード 和洋ソテー トマトのじゃこチーズ焼 絹さやのもろみ酢 ご飯 フルーツ	エビフライ〜タルタルソース〜 ポトフ(洋風おでん) 春菊の梅肉浸し ご飯 フルーツ
	種類	天婦羅うどん 豆腐ピザ フルーツ もずくの三つ葉酢 かつば巻 甘酢生姜	海鮮白湯ラーメン 三つ葉の白和え ごま豆腐 フルーツ ザーサイ炒飯 福神漬	うなぎ茶そば ごまみそニ肉じゃが 三色生酢 フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	しっぽくうどん 牛肉と高野豆腐の煮合せ 青梗菜の菊花酢 おしんこ巻 甘酢生姜 クリスマスケーキ	キムチにゅう麺 豚しゃぶサラダ フルーツ 春菊入り卵の花 長葱卵炒飯 福神漬	牛肉白葱うどん トマトのじゃこチーズ焼 絹さやのもろみ酢 フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	しっぽくにゅう麺 根菜のごった煮 春菊の梅肉浸し フルーツ おしんこ巻 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 12月17日(火)17:00までにフロントへお申しください。

◎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。