

【令和7年】

サニーコート広島《週間献立表》

6月8日～6月14日

		8 日 曜	9 月 曜	10 火 曜	11 水 曜	12 木 曜	13 金 曜	14 土 曜
朝 食	和食	いわし一夜干し焼 胡瓜のなめこ和え 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	さわらのみりん干し焼 えのきと白菜の酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚揚げの煮物 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼さば 白菜の甘みそ和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天と野菜煮 じゃこ納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 ごぼうのやわらか金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	ミルクパン ツナ温野菜サラダ みそスープ バナナ	ソフトロールパン 根菜と豆のスープ じゃこサラダ バナナ	ミックスサンド アロエサラダ みそスープ ヤクルト	豆乳パン ハム南瓜サラダ みそスープ バナナ	レーズンくるみロールパン 落とし卵の野菜スープ トマトサラダ バナナ	全粒粉入ロールパン ウィンナー入野菜炒め 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) かき揚げサラダ みそスープ ヤクルト
昼 食	和食	うなぎとニラ炒め 南瓜とおくら煮 いんげんと白菜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さばの揚げ浸し 厚揚げのしょうが煮 胡瓜ともやしの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	五目炊込み飯 かれいの梅肉しそ焼 ほうれん草のわさび和え みそ汁 香物 フルーツ	おでん 小松菜ソテー カリフラワーの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	鶏唐揚げのみぞれ煮 大学芋 おくらのレモン酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	小いわしの酢漬 がんもの炊合せ なすといんげん和え ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	さばのうま煮 竹輪と切干大根の酢煮 ブロッコリーのゆかり浸し ご飯 みそ汁 香物 フルーツ
	洋食 中華	チキンライス ミニハンバーグ大葉ソース 南瓜とおくら煮 フルーツ スープ 福神漬	鶏肉の黄身焼 厚揚げのしょうが煮 胡瓜ともやしの酢物 ご飯 スープ フルーツ	豚しゃぶの梅みそだれ 春巻のかき卵あん ほうれん草のわさび和え ご飯 スープ フルーツ	いわしフライ ロールパンのカレー風味煮 カリフラワーの酢物 ご飯 スープ フルーツ	八宝野菜炒め ビーンズサラダ 大学芋 ご飯 スープ フルーツ	えびチリ 豆腐サラダ なすといんげん和え ご飯 スープ フルーツ	カレーライス 枝豆&コーンじゃこサラダ ブロッコリーのゆかり浸し カップスープ フルーツ 福神漬
	麺類	かき揚げそば 南瓜とおくら煮 いんげんと白菜の酢物 いなり寿司 甘酢生姜	ミートスパゲティ 厚揚げのしょうが煮 胡瓜ともやしの酢物 パン スープ	ざるそば 春巻のかき卵あん ほうれん草のわさび和え 炊込おにぎり 香物	えびとトマトの 冷製パスタ ロールパンのカレー風味煮 小松菜ソテー パン スープ	冷 麦 蒸ギョーザ 大学芋 いなり寿司 甘酢生姜	和風ラーメン 豆腐サラダ なすといんげん和え のり巻むすび 香物	サラダうどん 蒸しゅうまい ブロッコリーのゆかり浸し 焼おにぎり 香物
夕 食	和食	エビフライ～カキ揚げ～ 根菜のいりこ煮 香物 きのこといんげんのごま和え ご飯 みそ汁 フルーツ	さけのもろみ焼 枝豆入おから 六角里芋の梅酒煮 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	金目だいの和風あん なすの香味煮 冷奴 フルーツ ご飯 吸物 香物	うなぎのかば焼 ごまみそミニ肉じゃが 三色なます フルーツ ご飯 赤出汁 奈良漬	すき焼風旨煮 南瓜のみょうがあんかけ なすのソテー ご飯 吸物 フルーツ 香物	豚肉のしょうが焼 根菜のえびそぼろ煮 小松菜の煮浸し 香物 ご飯 みそ汁 フルーツ	たいの焼物 薬味冷奴 フルーツ 南瓜のプルーン煮 ご飯 みそ汁 香物
	洋食 中華	鶏肉のかば ナー煮込 ホタテの付け和え きのこといんげんのごま和え ご飯 スープ フルーツ	豚肉の角煮 枝豆入おから 青梗菜と竹の子の 中華かき卵スープ ご飯 フルーツ	ハンバーグステーキ ～デミグラスソース～ ゆで卵とトマトの 辛子マヨネーズ焼 冷奴 フルーツ ご飯 スープ	季節の洋風天婦羅 ごまみそミニ肉じゃが グリーンサラダ ご飯 スープ フルーツ	すすきのステーキ ～バジルトマトソース～ シーフードサラダ 南瓜のみょうがあんかけ ご飯 スープ フルーツ	さけのチーズ焼 蒸鶏のハーブサラダ 小松菜の煮浸し ご飯 スープ フルーツ	夏野菜グラタン 鶏手羽肉の塩焼 オイルサーティンサラダ ご飯 スープ フルーツ
	麺類	釜揚げうどん フルーツ ホタテの付け和え きのこといんげんのごま和え 洋風巻寿司 甘酢生姜	五目とろろ冷麦 枝豆入おから フルーツ 六角里芋の梅酒煮 おしんこ巻 甘酢生姜	天婦羅うどん ゆで卵とトマトの 辛子マヨネーズ焼 冷奴 フルーツ かっぱ巻 甘酢生姜	五香味冷そうめん ごまみそミニ肉じゃが 三色なます フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	関西風お好み焼 シーフードサラダ フルーツ 南瓜のみょうがあんかけ 大葉福神漬巻 甘酢生姜	豆乳チャンポン麺 蒸鶏のハーブサラダ 小松菜の煮浸し フルーツ わかめ炒飯 福神漬	天婦羅ざるそば 鶏手羽肉の塩焼 薬味冷奴 フルーツ 高菜押し寿司 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 6月 3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。