

【令和7年】

サニーコート広島《週間献立表》

7月20日 ~ 7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	焼あじ もやしのなめこ和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	目玉焼 キャベツの佃煮和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さわらの焼物 えのきと白菜の酢物 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	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	焼かまぼこ ごぼうのやわらか金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	広島レモンパン 厚揚げとベーコンスープ トマトサラダ バナナ	クロワッサン ウイナー入野菜炒め みそスープ 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	ロールパン 根菜と豆のスープ 盛サラダ バナナ	ミルクパン ツナ温野菜サラダ みそスープ バナナ	野菜サンド 豆腐じゃこサラダ みそスープ ヤクルト
昼食	和食	たち魚の揚げし 五目ひじきの煮物 胡瓜となすの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	うなぎとニラ炒め さつま芋のレーズン煮 いんげんと白菜の酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	鶏唐揚げのみぞれ煮 大学芋 フルーツ おくらのおかか和え ご飯 みそ汁 香物	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	小さいわしの酢漬 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 竹輪と切干大根の煮物 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	鶏肉の生姜焼 ほうれん草サラダ 五目ひじきの煮物 ご飯 スープ フルーツ	チキンライス メンチカツレツ さつま芋のレーズン煮 カップスープ 福神漬	八宝野菜炒め ビーンズサラダ 大学芋 フルーツ ご飯 スープ	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	あじフライ 0-14ヶ月のさっぱり煮 カリフラワーの酢物 ご飯 スープ フルーツ	ふわふわ卵えび判風 大根サラダ 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	ミートスパゲティー ほうれん草サラダ フルーツ パン スープ	えび玉うどん さつま芋のレーズン煮 いんげんと白菜の酢物 ご飯物 福神漬	サラダ冷そうめん 大学芋 おくらのおかか和え いなり寿司 甘酢生姜	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	なすとトマトの 冷製パスタ 0-14ヶ月のさっぱり煮 スープ フルーツ 胚芽ロールパン	和風ラーメン 大根サラダ なすといんげん和え のり巻むすび 香物	焼ビーフン 蒸しゅうまい 紅生姜 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~カサゴ~ ごまみそミニ肉じゃが きのこ絹さやの酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	ハンバーグステーキ ~トマトソース~ 根菜のいりこ煮 三色なます フルーツ ご飯 吸物 香物	たいの和風ムニエル なすの香味煮 大豆と青梗菜の和え物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	季節の天婦羅 あさりと胡瓜の いりこみそ もずくと舞茸の土佐酢 ご飯 赤出汁 フルーツ 香物	すすきの西京焼 スッキーニのごま油炒め アロエの酢物 フルーツ ご飯 吸物 香物	さけの照焼 ゴーヤの卵とじ 豆腐のみょうがあん ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	たい・甘えびのお造り ツナと厚揚げ煮 焼なすのごま和え ご飯 吸物 香物 フルーツ
	洋食 中華	夏野菜カレー シーフードサラダ きのこ絹さやの酢物 フルーツ ラッキョ	すすきのバジルソテー ~オニオンソース~ ミニ棒々鶏 三色なます ご飯 スープ フルーツ	牛焼肉 ゆで卵・トマトの 辛子マヨネーズ焼 大豆と青梗菜の和え物 ご飯 スープ フルーツ	ハッシュドビーフ ホタテのマッシュポテト あさりと胡瓜の いりこみそ スープ フルーツ	豚 丼 甘エビミニカルパッチョ アロエの酢物 紅生姜 スープ フルーツ	夏野菜グラタン チキンナゲット 豆腐のみょうがあん ご飯 スープ フルーツ	豚肉のポテト焼 ツナと厚揚げ煮 焼なすのごま和え ご飯 スープ フルーツ
	麺類	釜揚げうどん フルーツ ごまみそミニ肉じゃが きのこ絹さやの酢物 洋風巻寿司 甘酢生姜	天婦羅そば 根菜のいりこ煮 三色なます フルーツ 奈良漬巻 甘酢生姜	五目とろろ冷麦 ゆで卵・トマトの 辛子マヨネーズ焼 大豆と青梗菜の和え物 かっぱ巻 甘酢生姜 フルーツ	天津麺 あさりと胡瓜の いりこみそ もずくと舞茸の土佐酢 フルーツ 福神漬しそ巻 甘酢生姜	さけととうもろこし のポテトグラタン スッキーニのごま油炒め アロエの酢物 フルーツ 福神漬巻 甘酢生姜	天婦羅ざる茶そば ゴーヤの卵とじ フルーツ 豆腐のみょうがあん 高菜押し寿司 甘酢生姜	牛しゃぶ冷麺 ツナと厚揚げ煮 焼なすのごま和え 天むす 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 7月15日(火)17:00までにフロントへお出しください。

◎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。