

【令和7～8年】

サニーコート広島《週間献立表》

12月28日 ～ 1月3日

		28 日曜		29 月曜		30 火曜		大晦日		31 水曜		1/1 木曜		元旦		2 金曜		3 土曜	
朝食	和食	ごぼう天と野菜煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		焼さごし やわらかごぼう金平 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		いわし一夜干し焼 カリフラワーと胡瓜の酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		さばの焼物 ブロッコリーの酢物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		【ミニイベント】～朝正月～ 《ハ寸盛り》 黒豆・にしんの昆布巻 数の子・紅白かまぼこ 紅白生酢・焼ゆば巻 新巻さけ 雑煮（みそ仕立て） ご飯 香物 お神酒		雑煮（しょうゆ仕立て） 焼子持ししゃも 出巻卵 まほうれん草のお浸し		梅雑炊 さごしの焼物 鶏肉の山椒焼 小松菜のお浸し					
	洋食	くるみレーズンロールパン ハッシュドポテト ハムサラダ みそスープ バナナ		ミックスサンド コーンサラダ みそスープ ヤクルト		クロワッサン あさりポタージュスープ フルーツサラダ バナナ		フルーツサンド （デザート系の甘いサンド） ウィンナーサラダ みそスープ ヤクルト		ご飯 香物		みそ汁 香物							
昼食	和食	豚肉じゃが 小松菜のゆかり和え カリフラワーのしょうが酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ		赤魚の湯浸し ひじきの煮物 胡瓜ともやしの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ		五目ちらし寿司 揚肉団子のしぐれ煮 しめじともやしのゆかり和え みそ汁 甘酢生姜 フルーツ		鶏唐揚げのみぞれ煮 ひじきの五目煮 おくらのおかか酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ		ぶりの照焼 かぶの炊合せ えび入酢物 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ お神酒		くり・きのこ飯 鶏肉のつけ焼 三つ葉の白和え 五目汁 香物 フルーツ		赤飯 ぶりと大根煮 しゃこの酢物 豚汁 香物 フルーツ					
	洋食	カレーライス ビーンズと海藻サラダ 小松菜のゆかり和え スープ フルーツ 福神漬		中華丼 ひじきの煮物 ほうれん草サラダ スープ フルーツ		かぼちゃコロッケ 揚肉団子のしぐれ煮 わかめ・じゃこサラダ ご飯 かき揚げ スープ フルーツ		かれいのピザ風焼 豆腐サラダ おくらのおかか酢 ご飯 スープ フルーツ		お宝丼 お煮め 五色生酢 豆腐の三つ葉あんかけ 汁 フルーツ 香物		たいの汐焼 茶碗蒸し ふきの土佐煮 大根の酢物 ご飯 赤出汁 香物 フルーツ							
	麺類	リーマンチャンプルー ビーフ・海藻サラダ 小松菜のゆかり和え 焼おにぎり 香物		ミートスパゲティ ほうれん草サラダ パン スープ フルーツ		豚汁にゅう麺 わかめ・じゃこサラダ しめじともやしのゆかり和え いなり寿司 甘酢生姜		チャンポンうどん 豆腐サラダ おくらのおかか酢 炒飯 福神漬		牛肉のゆずみそ炒め お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 フルーツ		牛丼 お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 フルーツ							
夕食	和食	さけの菜種焼 かにしぐれの土佐酢 五目卵の花 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ		和風焼肉 小いわしの酢漬け 青梗菜の錦糸浸し ご飯 吸物 香物 フルーツ		たいのねぎみそ焼 六角里芋と豆腐の揚げ出し 三色生酢 ご飯 吸物 フルーツ 香物		カキフライ～タルタルソース～ 風呂吹き大根のみそかけ ごま豆腐 フルーツ 香物 ご飯 二年越しそば		【イベント食】 ～迎春の歓び～ 《ハ寸盛り》 小たいの塩焼・数の子・黒豆 焼えび・栗きんとん 干支かまぼこ・菊花酢物 花れんこん・寿饅頭 お刺身盛合せ お煮め 巻寿司 甘酢生姜 清汁 フルーツ お神酒		お宝丼 お煮め 五色生酢 豆腐の三つ葉あんかけ 汁 フルーツ 香物		たいの汐焼 茶碗蒸し ふきの土佐煮 大根の酢物 ご飯 赤出汁 香物 フルーツ					
	洋食	鴨肉のガスターソース炒め かにしぐれの土佐酢 五目卵の花 ご飯 スープ フルーツ		季節の洋風天婦羅 ジャンボ蒸しゅうまい 青梗菜の錦糸浸し ご飯 スープ フルーツ		牛ロースステーキ シーフードサラダ 三色生酢 ご飯 スープ フルーツ		鶏肉の香草焼 風呂吹き大根のみそかけ ごま豆腐 フルーツ ご飯 二年越しそば		牛肉のゆずみそ炒め お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 フルーツ		牛丼 お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 フルーツ							
	麺類	天婦羅きし麺 かにしぐれの土佐酢 五目卵の花 フルーツ 厚焼卵にぎり寿司 甘酢生姜		しっぽくうどん ジャンボ蒸しゅうまい 青梗菜の錦糸浸し フルーツ かっぱ巻 甘酢生姜		関西風お好み焼 六角里芋と豆腐の揚げ出し 三色生酢 フルーツ えび手まり寿司 甘酢生姜		天婦羅年越しそば 風呂吹き大根のみそかけ ごま豆腐 フルーツ 六子にぎり寿司 甘酢生姜		牛肉のゆずみそ炒め お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 フルーツ		牛丼 お煮め 栗きんとん ご飯 清汁 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 12月23(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。