

【令和8年】

サニーコート広島《週間献立表》

8月9日 ~ 8月15日

		9 日曜	10 月曜	11 火曜	12 水曜	13 木曜	14 金曜	15 土曜
朝食	和食	焼さけ 白菜のしょうが和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物	ごぼう天と野菜煮 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	さばの焼物 おくらともやしの和え物 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	平天の煮物 なめ茸おろし ご飯 みそ汁 味付のり 香物	焼ししゃも 金時豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	厚焼卵 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物	あじの塩焼 ほうれん草のなめ茸和え ご飯 みそ汁 味付のり 香物
	洋食	デニッシュパン ハムポテトサラダ 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 盛サラダ バナナ	フルーツサンド (デザート系の甘いサンド) 温野菜ウィンナーサラダ みそスープ ヲル卜	広島レモンパン スクランブルエッグ みそスープ 盛サラダ バナナ	ミルクブレッド ベーコン入野菜炒め みそスープ バナナ	赤レーズンパン 厚揚げの具沢山入 盛サラダ バナナ	ミックスサンド 盛サラダ みそスープ ヤクルト
昼食	和食	親子丼 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	開ほっけの焼物 里芋煮 フルーツ ほうれん草の梅肉和え ご飯 みそ汁 香物	さんまの塩焼 ミニコロッケ 切干大根の大葉酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	和風ハンバーグ ～おろしポン酢～ 切昆布の炒り煮 かにかまと胡瓜のお浸し ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	さけとどろみの揚げ浸し じゃが芋の煮つけ転がし かいらわりのゆかり和え ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	豚肉の大葉炒め 豆腐の卵とじ フルーツ 小松菜ののり和え ご飯 みそ汁 香物	そぼろちらし寿司 はんぺんの磯辺揚げ ほうれん草のごま和え みそ汁 甘酢生姜 フルーツ
	洋食 中華	牛肉の五目野菜炒め さつま芋とじゃが芋サラダ 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 ロールパンのコンソメ煮 ほうれん草の梅肉和え スープ フルーツ 福神漬	肉団子の中華炒め ビーンズサラダ 切干大根の大葉酢 ご飯 スープ フルーツ	あじのソテー (中華ねぎあんかけ) 切昆布の炒り煮 かにかまと胡瓜のお浸し ご飯 スープ フルーツ	えびと厚揚げの旨煮 ほうれん草サラダ かいらわりのゆかり和え ご飯 スープ フルーツ	さばの香味ムニエル 大根サラダ 小松菜ののり和え ご飯 スープ フルーツ	サーモンフライ さつま芋サラダ ほうれん草のごま和え ご飯 スープ フルーツ
	麺類	冷そうめん えびつみれとれんこん煮 さつま芋とじゃが芋 いなり寿司 甘酢生姜	肉みそそば 里芋煮 ほうれん草の梅肉和え ちらし寿司 甘酢生姜	カレーうどん ビーンズサラダ 切干大根の大葉酢 ふりかけおむすび 香物	ワンタン麺 かにかまと胡瓜のお浸し 切昆布の炒り煮 炒飯 福神漬	イタリアンうどん ほうれん草サラダ かいらわりのゆかり和え パン スープ	たこ焼付やきそば 大根サラダ スープ 小松菜ののり和え 菜飯おむすび 香物	梅しそにゅう麺 はんぺんの磯辺揚げ ほうれん草のごま和え いなり寿司 甘酢生姜
夕食	和食	ぶり大根 厚揚げと冬瓜煮 五色なます 香物 ご飯 赤出汁 フルーツ	たいのもろみ焼 南瓜の梅酒煮 香物 もずくのみょうが酢 ご飯 みそ汁 フルーツ	かれいの唐揚げ あさりの炊合せ セロリと胡瓜の酢物 ご飯 吸物 フルーツ 香物	はまちの旨煮 山芋とえびの酢物 焼なす大葉しょうゆ ご飯 みそ汁 フルーツ 香物	和風カレー おから入信田袋煮 貝柱とねぎの酢みそ和え 吸物 香物&ツナ フルーツ	はもの照焼 大豆と南瓜の煮物 三色なます フルーツ ご飯 みそ汁 香物	かつおのたたきと 甘えびの盛合せ ミニ肉豆腐 冬瓜の山芋とろろかけ ご飯 みそ汁 香物 フルーツ
	洋食 中華	豚肉のブルーン煮 貝柱とアスパラ炒め 五色なます ご飯 スープ フルーツ	牛肉ソテー ～デミグラスソース～ 豆腐ピザ もずくのみょうが酢 ご飯 スープ フルーツ	豚肉のバーベキュー ソース アスパラとアボカドの和え物 セロリと胡瓜の酢物 ご飯 スープ フルーツ	鶏肉の照焼 さけとトマトのミックスサラダ アロエサラダ ご飯 スープ フルーツ	フライ盛合せ ～タルタルソース～ アボカドとツナサラダ おから入信田袋煮 ご飯 スープ フルーツ	海鮮ピラフ ハーブチキンサラダ 大豆と南瓜の煮物 スープ フルーツ 福神漬	ビーフシチュー いかとアスパラのバター炒め 冬瓜の山芋とろろかけ ご飯 フルーツ
	麺類	天婦羅うどん 厚揚げと冬瓜煮 五色なます ご飯物 香物 フルーツ	海鮮白湯ラーメン 豆腐ピザ フルーツ もずくのみょうが酢 ザーサイ炒飯 福神漬	穴子五目茶そば あさりの炊合せ フルーツ セロリと胡瓜の酢物 奈良漬巻寿司 甘酢生姜	関西風お好み焼 焼なす大葉しょうゆ アロエサラダ フルーツ 洋風巻寿司 甘酢生姜	カルボナーラパスタ アボカドとツナサラダ 貝柱とねぎの酢みそ和え 練梅のかっぱ巻 フルーツ 甘酢生姜	焼肉冷麺 大豆と南瓜の煮物 三色なます フルーツ 型押炊込み飯 福神漬	ザラダ冷そば いかとアスパラのバター炒め 冬瓜の山芋とろろかけ 厚焼卵にぎり寿司 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 8月 4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)・ヨーヨー(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。