

【令和8年】

サニーコート広島《週間献立表》

9月20日 ~ 9月26日

		20 日曜	21 月曜	ミニ イベント	22 火曜	23 水曜	24 木曜	25 金曜	ミニ イベント	26 土曜
朝食	和食	赤魚の焼物 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		あじの焼物 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 なめ草おろし 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	いわし丸干し焼 納豆 ご飯 みそ汁 味付のり 香物		さばの塩焼 ブロッコリーのえのき和え 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 切羽	デニッシュパン スクランブルエッグ みそスープ 盛サラダ バナナ	広島レモンパン 白菜と落とし卵のスープ 盛サラダ バナナ	赤レーズンパン ハムポトサラダ みそスープ 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 豆腐の卵とし フルーツ ほうれん草のお浸し ご飯 みそ汁 香物		いわしの梅煮 ミニ南瓜コロケ 切干大根の大葉酢 ご飯 吸物 香物 フルーツ	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	さけとピーマンの揚げ浸し じゃが芋の煮つけ転がし かりん粉のゆかり酢 ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	和風みそシチュー じゃこ入スクランブルエッグ 白菜ののり和え ご飯 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 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 ロールパンのコンソメ煮 ほうれん草のお浸し 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	牛肉の五目野菜炒め さつま芋と干しえびサラダ ほうれん草のごま和え ご飯 スープ フルーツ	カレーライス 厚揚げと青梗菜煮 かりん粉のゆかり酢 スープ フルーツ 福神漬	あじのパン粉焼 じゃこ入スクランブルエッグ 白菜ののり和え ご飯 スープ フルーツ		サーモンフライ 南瓜サラダ かにかまと胡瓜のお浸し ご飯 スープ フルーツ
	麺類	さけとほうれん草パスタ トマトサラダ ブロッコリーのレモン酢 スープ パン	肉みそそば 豆腐の卵とし ほうれん草のお浸し 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	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	イタリアンうどん 厚揚げと青梗菜煮 生野菜サラダ スープ パン	梅大葉冷麦 じゃこ入スクランブルエッグ 白菜ののり和え いなり寿司 甘酢生姜		ワンタン麺 かにかまと胡瓜のお浸し 南瓜サラダ 炒飯 福神漬
夕食	和食	ぶり大根 梨の白和え 五色なます 香物 ご飯 赤出汁 フルーツ	～長寿祝い～ 八穀米入り赤飯 うなぎのかば焼き 茶碗蒸し あさりのうに和え 炊合せ 赤出汁 奈良漬 寿デザート		たらの唐揚げ えびの炊合せ セロリと胡瓜の酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ	たいの照焼 山芋とあさりの酢物 焼なす大葉しょうゆ ご飯 みそ汁 香物 フルーツ	鶏肉の幽庵焼 大学芋の汁かけ ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ ご飯 吸物 香物 フルーツ	【十五夜】 ・くり飯 ・星芋わり団子汁 ・秋さんまの塩焼 ・豚肉と南瓜の含め煮 ・えびの土佐酢・香物 ・デザート		はまちのお造り ミニ肉じゃが 水煮大豆と油揚げの酢物 ご飯 吸物 香物 フルーツ
	洋食 中華	豚肉のブルーン煮 梨の白和え 五色なます ご飯 スープ フルーツ	大えびのチリソース 炊合せ あさりのうに和え ご飯 スープ 寿デザート		豚肉のバーベキュー ソース ゴーヤとコーンの炒め物 セロリと胡瓜の酢物 ご飯 スープ フルーツ	海鮮ピラフ 豚しゃぶサラダ 焼なす大葉しょうゆ フルーツ かき卵スープ 福神漬	フライ盛合せ ～タルタルソース～ アボカドとツナサラダ 大学芋の汁かけ ご飯 スープ フルーツ	色々きのこグラタン 豚肉と南瓜の含め煮 豆腐のもずくあん スープ ご飯 デザート		ビーフシチュー かにかま卵ロール 水煮大豆と油揚げの酢物 ご飯 フルーツ
	麺類	海鮮白湯ラーメン 梨の白和え 五色なます フルーツ ザー菜炒飯 福神漬	とんかつラーメン 炊合せ あさりのうに和え ご飯物 香物 寿デザート		穴子五目茶そば えびの炊合せ フルーツ セロリと胡瓜の酢物 奈良漬 甘酢生姜	関西風お好み焼 豚しゃぶサラダ 焼なす大葉しょうゆ フルーツ ご飯物 福神漬	五目にゅう麺 大学芋の汁かけ ほうれん草と貝柱の 辛子マヨネーズ 洋風巻 甘酢生姜 フルーツ	チャーシュー麺 豆腐のもずくあん 香物 えびの土佐酢 ご飯物 デザート		天婦羅そば かにかま卵ロール フルーツ 水煮大豆と油揚げの酢物 にぎり寿司 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 9月15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。