

雅（みやび）コース												
日付	メニュー名	前	後	お刺	お肉	お魚	お肉	お魚	お肉	お魚	お肉	お魚
6	タラの巻の揚げ/胡麻焼	○	○								メ	
	豚肉と彩の野菜の甘辛煮		○								ロ	428
	菜の花と椎茸胡麻酢和え		○								リ	
	なす揚げ浸し			○							イ	
	切干大根の甘辛煮		○	○							美	21.1
月	梅豆と豆腐のあんかけ天		○	○							白	
	胡瓜生拌		○	○	○						分	3.5
	金時豆										場	
7	ハンバーグ/インゲンソテー		○	○	○						メ	
	チキンカレー		○	○							ロ	429
	牛蒡とこんにゃく煮			○							リ	
	彩のコールスローサラダ		○	○							イ	
	かたづけの甘辛煮			○							美	17.7
火	厚揚げと椎茸菜のみ			○							白	
	オクラとワカメの生薬酢和え			○							分	3.3
	黄桃										場	
8	チーズスキング		○	○	○						メ	
	赤巻のせしめ										ロ	339
	ほうれん草とピーンズ中華和え			○							リ	
	明太子オムレツ		○	○							イ	
	白菜輪切生拌										美	16.2
水	ラフランス		○	○	○						白	
	きんぴらわかめの生薬和え			○							分	2.8
	安芸菜			○							場	
9	オムレツの中身あんかけ/ジャコウマイ		○	○	○						メ	
	サツマの油揚げ焼き			○							ロ	447
	ほうれん草輪切和え			○							リ	
	でんぷんサラダ		○	○	○						イ	
	小松菜と梅干し炒め物			○	○						美	21.4
木	豆腐と野菜のきんぴら煮			○							白	
	切干大根と胡瓜の煮しめ/レモンソテー			○							分	3.4
	白花豆										場	
10	鶏肉の塩こうじ焼き			○							メ	
	自煮天/スパパテ			○							ロ	385
	五目炒める卵輪切手浸し			○							リ	
	むね/中華サラダ		○	○	○						イ	
	スビシママイ		○	○	○	○					美	18.7
金	高野煮/竹の子煮/椎茸煮			○							白	
	えのき巻でコーンスープ和え		○	○							分	2.9
	広島菜/キャベツ煮浸し			○							場	
11	豚肉のキャベツ炒め		○	○							メ	
	カラ揚げ天		○	○	○						ロ	455
	ほうれん草煮/麻和え		○	○							リ	
	白飯とササのスパ煮			○	○						イ	
	キャベツとウィンナー炒め		○	○	○						美	24.6
土	大根とレーンサラダ		○								白	
	高野豆腐和じ		○	○							分	3.3
	梅漬										場	
13	カレーお肉あんかけ		○	○							メ	
	鶏肉と野菜のたま煮			○							ロ	420
	豆腐と野菜の煮物			○							リ	
	切干大根と菜大根の煮物			○							イ	
	人参とササの和え物			○							美	23.3
月	マカロニサラダ		○	○	○						白	
	胡瓜輪切/むね/お浸し			○							分	3.3
	金時豆										場	
14	サツマの油揚げ焼										メ	
	豚肉と薄揚げの巻物			○							ロ	343
	厚揚げの和じ		○	○							リ	
	白菜スープ煮			○	○						イ	
	ほうれん草とピーコンの和え物		○	○	○						美	19.8
火	じゃが芋そぼろ煮			○							白	
	キャベツと人参サラダ		○								分	3.3
	みかん缶										場	
15	鶏天のしモンソースかけ		○	○	○						メ	
	赤巻の野菜あんかけ			○							ロ	372
	インゲンタバタ炒め			○							リ	
	惣味噌煮			○							イ	
	小松菜と海苔煮浸し			○							美	22.7
水	胡瓜胡麻和え			○							白	
	紅豆生拌										分	3.0
	黄桃			○							場	
16	メンチカツ		○	○	○						メ	
	アジ油揚げ焼			○							ロ	439
	ニラ玉巻物			○							リ	
	なす煮浸し			○							イ	
	青梗菜中華炒め		○	○	○	○					美	19.2
木	じゃが芋サラダ		○								白	
	白菜胡麻酢和え										分	3.2
	おかず豆腐/スパパテ			○							場	
17	ネギ塩豚			○							メ	
	赤巻と牛蒡のカルー煮き煮			○							ロ	392
	大根とニきま煮			○							リ	
	ほうれん草と椎茸煮浸し			○							イ	
	薄揚げ胡麻和じ			○							美	22.8
金	ブロッコリーサラダ		○	○	○						白	
	ワカメとたまご煮物										分	3.5
	黄桃缶										場	
18	カレー揚げ天		○	○	○						メ	
	鶏肉と大根の甘辛煮			○							ロ	367
	大豆と竹輪煮物			○							リ	
	小松菜と海苔煮浸し			○	○						イ	
	人参とさつま揚げの		○								美	20.8
土	コールスローサラダ		○	○	○						白	
	オクラのきんぴら和え			○							分	3.3
	安芸菜			○							場	
20											メ	
											ロ	
											リ	
											イ	
											美	
21	赤巻のかり揚げ		○	○	○						メ	
	八丁			○	○						ロ	376
	シシトイ		○								リ	
	キャベツと大豆胡麻和え			○							イ	
	ほうれん草卵和え		○	○							美	18.9
火	切干大根と高菜炒め/広島菜			○							白	
	春雨サラダ		○	○							分	3.5
	レモン/ジャリナグレット										場	
22	じか/カラ海老ソースかけ		○	○							メ	
	アツ山椒焼/金平/ごぼう			○							ロ	358
	梅干のさつま		○	○	○						リ	
	人参ナムル			○							イ	
	高野豆腐と人参煮物			○							美	20.8
水	春雨のピーナツ和え			○				○			白	
	オクラかつお和え			○							分	3.6
	白花豆										場	
23	白身魚のクリームソースかけ		○	○							メ	
	餅しめ/お浸し/まぐレ			○							ロ	398
	小松菜厚揚げ中華和え			○							リ	
	スビ/お浸し			○	○						イ	
	胡瓜とハムサラダ		○	○							美	22.6
木	じゃが芋味噌揚げがらめ			○							白	
	大根生拌		○	○	○						分	3.4
	金時豆										場	
24	鶏肉と野菜のあんかけ		○	○							メ	
	赤巻のめしめ/お浸し		○	○							ロ	371
	むね/金平/春雨お浸し			○							リ	
	花形豆腐煮/里芋煮		○	○							イ	
	インゲンとしめじ/バター炒め		○	○							美	21.0
金	ほうれん草チーヌの洋風和え		○	○	○	○					白	
	胡瓜胡麻酢和え/春雨/菜			○							分	3.4
	豆乳			○							場	
25	牛肉コロッケ		○	○							メ	
	いわし生煮煮			○							ロ	449
	茄子の焼肉炒め			○							リ	
	木の葉豆腐煮		○	○							イ	
	青梗菜にかま炒め		○	○	○	○					美	15.4
土	白菜煮浸し			○							白	
	カラアワラーサラダ		○								分	3.3
	梅漬										場	
27	餅すき焼き煮			○							メ	
	小いわし/南蛮揚げ			○							ロ	399
	山菜ナムル			○							リ	
	カレービーフ			○							イ	
	大根ツナサラダ			○							美	18.0
月	インゲン/高菜揚げ煮物			○							白	
	オクラ胡麻和え			○							分	3.4
	金時豆										場	
28	黒/バム山椒焼き			○							メ	
	豚肉と春雨の炒め物			○							ロ	314
	枝豆のあかかき和え			○							リ	
	水菜と揚げ煮浸し			○							イ	
	白菜煮浸し			○							美	16.5
火	煮豆のそぼろ煮			○							白	
	五目生拌										分	3.5
	黄桃										場	
29	豚肉のブルコフ			○							メ	
	カレー/唐揚げのあんかけ		○	○							ロ	425
	小松菜と卵の炒め物		○	○							リ	
	オクラツナの和え物			○							イ	
水	ズナグサ		○	○							美	20.7
	みかん缶										白	
	大根としめじ/あんかけ			○							分	3.1
30	お浸し煮										メ	
	豚肉と里芋の丁酉様煮			○							ロ	351
	牛蒡とインナー金平			○							リ	
	ほうれん草お浸し			○							イ	
	ブロッコリーサラダ			○							美	19.3
木	梅漬										白	
	胡瓜としめじ煮物		○								分	3.3
31	酢豚										メ	
	白身魚のあんかけ		○	○							ロ	469
	ひよことしめじの煮物			○							リ	
	スパイスツナサラダ			○							イ	
	白菜野菜和じ			○							美	14.3
金	のっぴい焼肉										白	
	バム缶										分	2.6
	クワの甘酢あんかけ										場	
1	豚肉と野菜のツナニレ煮			○							メ	
	ほうれん草ツナサラダ			○							ロ	455
	大根煮浸											