

# 元気になれる

# 朝ごはん



ITADAKIMASU!!



Cheer up at breakfast!

広島が誇る一品!  
人気のメニュー3選



広島県産  
カキフライ

広島ご当地グルメで欠かせない広島県産牡蠣を使用したカキフライ。栄養満点で朝から元気!

広島が誇る一品!  
人気のメニュー3選



お好み村で作る  
お好み焼き

元祖お好み焼きの殿堂「お好み村」の味。広島に来たんじゃけえ朝からお好み食べて行きんさい!

広島が誇る一品!  
人気のメニュー3選



がんす

広島県呉市の名物で知られる練り物「がんす」はおかずの定番! どこか懐かしくクセになる味。「美味いでがんす!」

ライブキッチンコーナー



ライブキッチンで  
仕上げる  
目玉焼き

高光養鶏場の美味しいたまごを使用して、毎朝その場で焼いてお出ししています。

ライブキッチンコーナー



ライブキッチンで  
仕上げる  
オムレツ

ホテルでつくるたまごメニューはぜひ食べてもらいたい! ふわふわのオムレツはとろける美味しさです。

ライブキッチンコーナー



ライブキッチンで  
仕上げる  
フレンチトースト

しっとりモチモチでほんのり甘いホテル自慢の一品。食後のコーヒーと一緒にのおひとついかがですか?



広島県産  
こしひかり

広島県産コシヒカリは味・柔らかさ・粘り・ほのかな甘みがあり栄養がたっぷり!



焼魚

焼魚でしっかりカルシウムやビタミン摂取。朝の活力に適度な塩分補給も。



納豆

腸内の悪玉菌を減らして腸内環境を整え、血糖値の上昇を抑える効果などもあります。



朝から活力増進!  
朝牛丼

1日のはじまりにエネルギーをしっかり溜めておきましょう。お肉を程よく取ってアクティブに動き始めましょう!



地元広島  
ますやみそ使用  
味噌汁

お味噌にはサポニンが多く含まれていて、血清コレステロールの上昇を抑える効果があるといわれています。



焼き立てパン

毎朝焼き上げるホテル特製パン。焼き立ての香るクロワッサンや全粒粉ロールなど、どれもおすすめです。



グラノーラ

麦や玄米、ナッツなどの穀物がたっぷり入ったシリアル食品。牛乳などと一緒に手軽に栄養摂取できる人気食材です。



チチヤス  
ヨーグルト

ヨーグルトで腸内環境を整えましょう。腸の動きも活発にして、身体の中からキレイに、元気になりましょう!



地元新鮮野菜の  
サラダ

生野菜には、豊富なビタミンや食物繊維をそのまま体内に摂り入れることができるメリットがあります。

この他にも元気の源になる食材やメニューがたくさんあります  
今日のあなたの一日が、いつもより元気に始まりますように!

※写真はイメージです