



バラエティ豊かにメニューをそろえました。
栄養バランスもGOOD!

パストラルール尼崎
2月17日(月)～2月23日(日)

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝食	和食 鶏じゃが煮 もやしの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.8g	和食 葱入り出し巻き玉子 青梗菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 451kcal /3.0g	和食 茶粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 462kcal /2.8g	和食 赤魚の煮付け キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 476kcal /2.9g	和食 厚揚げの炊き合わせ もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 477kcal /3.0g	和食 焼きししゃもと 笹かまぼこ カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	和食 高野豆腐の卵とじ たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 459kcal /3.0g
	洋食 ミートボールと野菜の ケチャップ炒め オニオンサラダ パン ミルク デザート 512kcal /3.0g	洋食 ホットドック 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 501kcal /3.0g	洋食 ス克蘭ブルエッグと チキンナゲット シーザーサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g	洋食 海老ソテーと温野菜 コールスローサラダ パン ミルク デザート 510kcal /2.9g	洋食 ベーコンと野菜の クリーム煮 コーンサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.3g	洋食 ウインナーと ブロッコリーの卵炒め カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 511kcal /2.8g	洋食 あんぱんと クリームパン 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 491kcal /3.1g
昼食	日替A カレイの煮付け (骨付き) 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 583kcal /3.0g	日替A 牛肉とピーマンの 細切り炒め 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 593kcal /2.9g	日替A さばのもろみ焼き ★ほうれん草と蒸し鶏のマスタード和え ご飯 スープ デザート 579kcal /3.1g	日替A 豚肉のピカタ 山菜のナムル ご飯 スープ デザート 601kcal /3.0g	日替A つばすの生姜煮 白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 565kcal /3.0g	日替A 豆腐入り ヘルシーつくね 竹の子の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	日替A あじの南蛮漬け 里芋の煮っころがし ご飯 スープ デザート 621kcal /3.0g
	日替B 五目にゆうめん 人参しりしり ゆかりご飯 デザート 584kcal /3.0g	日替B ねぎとろ丼 五目煮豆 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	日替B 三色丼 ★ほうれん草と蒸し鶏のマスタード和え スープ デザート 620kcal /3.0g	日替B ワンタン麺 山菜のナムル ご飯 デザート 627kcal /3.0g	日替B お好み焼き 白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.1g	日替B シーフードピラフ 竹の子の土佐煮 味噌汁 デザート 589kcal /3.1g	日替B きのことツナの 和風スパゲティ 里芋の煮っころがし ご飯 スープ デザート 618kcal /2.8g
夕食	日替A 銀鮭の クリームシチュー 牛肉とごぼうの炒め物 しろ菜のお浸し ご飯 漬物 デザート 696kcal /3.0g	日替A 鱈のグリル 山葵タルタル添え さつま芋のいとこ煮 うざく ご飯 味噌汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	日替A 海老天丼 五菜蒸しの銀あんかけ 冷やしトマト 粕汁 漬物 デザート 723kcal /3.1g	日替A 鯛の荒煮(身・カマ) 揚げ出し豆腐 スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 657kcal /3.0g	日替A すずきのあられ揚げ 大根のカニカマあんかけ 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 716kcal /3.0g	日替A 松花堂	日替A ぶり大根 イカときのこのバター醤油炒め 玉子豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g
	日替B ささみの 梅しそチーズフライ 牛肉とごぼうの炒め物 しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 729kcal /3.0g	日替B おでん さつま芋のいとこ煮 うざく ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.1g	日替B 牛肉のすき煮 五菜蒸しの銀あんかけ 冷やしトマト ご飯 粕汁 漬物 デザート 701kcal /3.0g	日替B 鶏肉の二種焼き (柚子胡椒・タレ) 揚げ出し豆腐 スナップエンドウのツナマヨ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	日替B 豚の角煮 大根のカニカマあんかけ 温玉とろろ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	日替B 2月10日(月)に 掲示致します。	日替B ミックスグリル イカときのこのバター醤油炒め 玉子豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 712kcal /3.0g

その他 アラカルトご用意いたしております。

食事予約票は 2月11日 正午 までにご提出下さい。
ご予約の変更は前日の13時30分までにフロントまで お申し付け下さい。
★マークは新メニューです。
仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。

心をこめて Smile & Speedy



ハーベスト株式会社