



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 24日(月)～ 3月 1日(日)

		24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	1日(日)
朝食	和食	いわしつみれの炊き合わせ インゲンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /3.0g	おにぎり(鮭・梅) おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /3.0g	小海老ときのこの卵とじ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 445kcal /2.8g	ツナと野菜の炒め物 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 452kcal /2.9g	しらす粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 462kcal /3.0g	豆腐のふわふわ寄せ 玉ねぎの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	出し巻き玉子 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /3.0g
	洋食	ミートボールのコンソメ煮 インゲンのバター炒め パン ミルク デザート 513kcal /3.0g	ベーコンエッグ トマトサラダ パン ミルク デザート 524kcal /3.0g	ピザトースト 具沢山ポトフ ミルク デザート 531kcal /3.0g	チーズオムレツ グリーンサラダ パン ミルク デザート 528kcal /2.9g	ウインナーとジャーマンポテト シーザーサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山クリームスープ ミルク デザート 509kcal /2.9g	豚肉と大豆のトマト煮 イタリアンサラダ パン ミルク デザート 526kcal /3.1g
昼食	日替A	豚肉と野菜の甘辛炒め ごぼうサラダ ご飯 スープ デザート 622kcal /3.0g	ほっけの開き オクラのなめ茸和え ご飯 味噌汁 デザート 591kcal /2.9g	鶏肉と野菜のポン酢蒸し カリフラワーとカニカマの和え物 ご飯 赤だし デザート 586kcal /3.1g	あじの塩焼き一尾 ピクルス盛り合わせ ご飯 スープ デザート 595kcal /3.1g	牛肉豆腐 ポテトサラダ ご飯 味噌汁 デザート 629kcal /3.1g	白身フライ れんこんの金平 ご飯 味噌汁 デザート 681kcal /3.1g	麻婆茄子 インゲンの胡麻だれ和え ご飯 スープ デザート 631kcal /3.0g
	日替B	オムライス ごぼうサラダ スープ デザート 650kcal /3.0g	肉うどん(温) オクラのなめ茸和え ゆかりご飯 デザート 626kcal /3.0g	助六寿司 カリフラワーとカニカマの和え物 赤だし デザート 612kcal /3.0g	カルボナーラスパゲティ ピクルス盛り合わせ ご飯 スープ デザート 682kcal /3.0g	カツオの漬け丼 ポテトサラダ 味噌汁 デザート 611kcal /3.1g	高菜チャーハン れんこんの金平 味噌汁 デザート 618kcal /3.1g	けんちゃんそば インゲンの胡麻だれ和え ふりかけご飯 デザート 591kcal /2.9g
夕食	日替A	鯖とおぼろ豆腐の酒蒸し かぶらの生姜あんかけ ツナとコーンのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 672kcal /3.3g	銀むつの西京焼き チヂミ たこ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 633kcal /3.0g	真アジフライと海老フライ盛り合わせ じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜のもろみ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 723kcal /3.1g	平日ときのこのホイル包み キャベツとイカの塩炒め 長芋梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 647kcal /3.1g	穴子の天ぷら ふろふき大根 もやしと中華くらげの和え物 ご飯 かき玉汁 漬物 デザート 719kcal /3.1g	ぶりの有馬山椒煮 そうめんチャンプル 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 677kcal /3.1g	大鱈のちゃんちゃん焼き 鶏と切干大根の煮物 パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689kcal /2.9g
	日替B	ビーフカレー かぶらの生姜あんかけ ツナとコーンのサラダ 福神漬け 漬物 デザート 665kcal /3.1g	蒸し鶏のピリ辛胡麻ソースがけ チヂミ たこ酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 708kcal /3.0g	豚肉と白菜の生姜煮 じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜のもろみ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 687kcal /3.0g	★茄子とかぼちゃミートグラタン キャベツとイカの塩炒め 長芋梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 718kcal /3.0g	赤鶏の葱塩焼き ふろふき大根 もやしと中華くらげの和え物 ご飯 かき玉汁 漬物 デザート 677kcal /3.1g	イベリコ豚のステーキ そうめんチャンプル 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 708kcal /3.2g	牛肉のミルフィーユカツ 鶏と切干大根の煮物 パプリカのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 731kcal /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 18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

