



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!

パストラル尼崎
3月16日(月)～3月22日(日)

		16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝食	和食	鶏じゃが煮 インゲンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.8g	赤魚の煮付け 玉ねぎの柚子ポン和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /3.0g	麦とろろご飯 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /2.8g	焼きししゃもと 笹かまぼこ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.9g	出し巻き玉子 キャベツのお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	さつま揚げと生姜天の 炊き合わせ 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	千草焼き もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 459kcal /3.0g
	洋食	エビマヨと温野菜 インゲンのバター炒め パン ミルク デザート 514kcal /3.0g	ホットドック 具沢山ポトフ ミルク デザート 512kcal /3.0g	ミートボールと野菜の コンソメ煮 マカロニサラダ パン ミルク デザート 525kcal /3.0g	目玉焼きとハムソテー シーザーサラダ  パン ミルク デザート 511kcal /2.9g	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 502kcal /3.3g	スパニッシュオムレツ 野菜炒め パン ミルク デザート 492kcal /3.0g	南瓜と貝柱の クリーム煮 枝豆サラダ パン ミルク デザート 488kcal /3.0g
昼食	日替A	とろあじの漬け焼き 大根とツナの青じそサラダ ご飯 味噌汁 デザート 597kcal /3.0g	コロッケ盛り合わせ ほうれん草とコーンのドレッシング和え ご飯 スープ デザート 631kcal /2.9g	つばすの梅煮 山菜ナムル ご飯 スープ デザート 561kcal /3.1g	豚肉の生姜焼き 白菜の京揚げ煮浸し ご飯 味噌汁 デザート 611kcal /3.0g	さばの塩焼き 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 586kcal /3.0g	鶏肉の治部煮 レタスとみかんのサラダ ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	カレイの煮付け (骨付き) 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート 599kcal /3.0g
	日替B	焼きそば 大根とツナの青じそサラダ ご飯 味噌汁 デザート 613kcal /3.0g	きのこツナの和風 スパゲティ ほうれん草とコーンのドレッシング和え ご飯 スープ デザート 619kcal /3.1g	天津飯 山菜ナムル スープ デザート 601kcal /3.0g	海老ピラフ 白菜の京揚げ煮浸し 味噌汁 デザート 587kcal /3.0g	五目にゆうめん 人参しりしり 高菜ご飯 デザート 599kcal /3.0g	ハヤシライス レタスとみかんのサラダ 福神漬け デザート 620kcal /3.0g	ワンタン麺  五目煮豆 ご飯 デザート 615kcal /3.1g
夕食	日替A	お造り盛り合わせ 茶碗蒸し 長芋の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 690kcal /2.9g	サーモンのムニエル アスパラとベーコンのソテー しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g	すずき竜田揚げ 中華あんかけ キャベツの肉味噌炒め 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 732kcal /2.9g	松花堂 3月9日(月) に掲示致します。	鱈の照り焼き ビーマンのちりめん山椒炒め 手作り豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /2.8g	海老と春野菜の 天ぷら  高野豆腐の玉子とじ 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 721kcal /3.0g	鯛の塩麹焼き さつま芋のオープン焼き 春菊とカニカマのみぞれがけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.1g
	日替B	豚肉の有馬焼き 茶碗蒸し 長芋の梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 683kcal /3.0g	ビーフシチュー アスパラとベーコンのソテー しる菜のお浸し ご飯 漬物 デザート 711kcal /3.2g	地鶏のホイル包み キャベツの肉味噌炒め 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g		牛肉の柳川煮 ビーマンのちりめん山椒炒め 手作り豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 691kcal /3.1g	黒豚の 味噌ちゃんこ煮 高野豆腐の玉子とじ 三色なます ご飯 すまし汁 漬物 デザート 689kcal /3.2g	牛肉と野菜の オイスター炒め さつま芋のオープン焼き 春菊とカニカマのみぞれがけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 703kcal /3.1g

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 3月10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