



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!

パストラル加古川
4月26日(日)~5月2日(土)



		26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	1日(金)	2日(土)
朝食	朝A定食	海老団子の旨煮 オクラのなめたけ和え フルーツ ごはん みそ汁 397Kcl/3.5g	カレーの干物 ふきの当座煮 らっきょう ごはん みそ汁 405Kcl/4.2g	だし巻き玉子(枝豆) カリフラワーの和え物 納豆 ごはん みそ汁 398Kcl/3.5g	厚揚げのおろし煮 玉ねぎの香和え 黒豆 ごはん みそ汁 401Kcl/3.6g	芋粥 三種盛り 小松菜の胡麻和え みそ汁 梅干し 420kcal/3.0g	鮭の塩焼き もやしの和え物 納豆 *ごはん みそ汁 400Kcl/3.6g	貝柱入り玉子焼き にんじんしりしり フルーツ ごはん みそ汁 412Kcl/3.5g
	朝B定食	ポトフ オクラのドレ和え フルーツ ロールパン ミルク 395Kcl/3.5g	ベーコンエッグ コールスローサラダ ヨーグルト あんぱん ミルク  415kcl/2.9g	ポイルウインナー カリフラワーの和え物 キャンディーチーズ イギリスパン ミルク 425Kcl/3.5g	スープパスタ さつま芋のサラダ フルーツ トースト ミルク 435Kcl/3.5g	はんぺんの チーズ焼き マカロニサラダ フルーツ ロールパン ミルク 415Kcl/3.4g	キャベツのソテー もやしの和え物 ヨーグルト イギリスパン ミルク 429Kcl/3.6g	ハムステーキ にんじんしりしり フルーツ トースト ミルク 395Kcl/4.2g
昼食	昼A定食	<昼の統一メニュー> 鮭と胡瓜の 混ぜ寿司 	鶏肉のレモン 醤油焼き チンゲン菜の煮浸し フルーツ ごはん かき玉汁 632kcl/4.1g	赤魚の味噌マヨ焼き ぜんまいの煮物 きゅうりの酢の物 ごはん すまし汁 652kcl/4.0g	とり天 レタスのドレ和え フルーツ ごはん すまし汁 592kcl/3.9g	木の葉丼 スナップエンドウのソテー チンゲン菜の海苔和え みそ汁 582kcl/3.5g	カレー南蛮そば 水菜の煮浸し ブロッコリーの和え物 492kcl/3.9g	豚肉の生姜炒め 長芋の白煮 マンゴープリン ごはん すまし汁 632kcl/4.2g
	昼B定食	ひじきの煮物 すまし汁 青りんごゼリー 662kcl/3.9g	中華丼 チンゲン菜の煮浸し フルーツ 中華スープ 632kcl/3.9g	焼きうどん ぜんまいの煮物 きゅうりの酢の物 コンソメスープ 652kcl/4.0g	オムライス (デミグラソース) レタスのドレ和え フルーツ パンプキンスープ 652kcl/4.0g	肉団子の甘酢 あんかけ スナップエンドウのソテー チンゲン菜の海苔和え ごはん 玉子スープ 622kcl/4.1g	鯖のピリ辛焼き 水菜の煮浸し ブロッコリーの和え物 コンソメスープ 598kcl/3.9g	チャーハン  揚げ餃子 マンゴープリン 野菜スープ 622kcl/4.0g
夕食	夕A定食	豚ロースの塩麹焼き じゃが芋の土佐煮 キャベツの香り and え ごはん みそ汁 果物 漬物 624kcl/3.9g	ぶりの塩焼き 南瓜の含め煮 いんげんの胡麻和え ごはん すまし汁 果物 599kcl/4.3g	鶏肉の治部煮 しらたきのたらこ炒め ほうれん草の和え物 ごはん みそ汁 漬物 フルーツポンチ 662kcl/3.9g	おすすめメニュー 豚しゃぶ煮 (ポン酢) 筍のおかか和え 	肉じゃが 蓮根の金平 カニカマの酢の物 ごはん すまし汁 果物 562kcl/3.8g	鯖の菜種焼き ピーマンの炒め物 ごぼうサラダ ごはん みそ汁 果物 662kcl/3.9g	牛肉の和風煮込み 五目ひじき アスパラのくるみ and え ごはん みそ汁 果物 652kcl/3.9g
	夕B定食	アジフライ じゃが芋の土佐煮 キャベツの香り and え ごはん 人参スープ 果物 653kcl/4.0g	牛肉の野菜巻き 南瓜の含め煮 いんげんの胡麻 and え ごはん コンソメスープ 果物 652kcl/3.9g	ミックスフライ ほうれん草の和え物 フルーツポンチ ごはん 野菜スープ 738kcal/3.8g	☆鯛めし  赤だし 漬物 フルーツゼリー 704kcal/3.9g	カレーのムニエル 蓮根の金平 カニカマの酢の物 ごはん コーンスープ 果物 622kcl/3.7g	目玉焼きハンバーグ ピーマンの炒め物 ごぼうサラダ ごはん オニオンスープ 果物 652cal/4.0g	中華風刺身 五目ひじき アスパラのくるみ and え ごはん 白菜スープ 果物 643kcal/3.8g

食事予約表は 4月20日(月) 午後5時までにご提出下さい。
予約変更は前日11時までにお申し付け下さい。

☆印はおすすめメニュー、♪印は新メニューです。



心をこめて Smile & Speedy

 ハーベスト株式会社