



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

5月4日(月)~5月10日(日)

		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝食	和食	筑前煮 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 492kcal /2.8g	いわしつみれの煮物 カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	しらす出し巻き玉子 インゲンのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /2.8g	信田巻きと野菜の旨煮 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 478kcal /2.9g	飛龍頭の炊き合わせ 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	菜めし粥 お惣菜盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 486kcal /3.0g	高野豆腐の玉子とじ もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 483kcal /3.0g
	洋食	スパニッシュオムレツ 野菜炒め パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	海老と野菜のソテー カリフラワーサラダ パン ミルク デザート 504kcal /3.0g	小倉トースト 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 512kcal /3.0g	豚肉と大豆のトマト煮込み グリーンサラダ パン ミルク デザート 516kcal /2.9g	ウインナーと野菜のカレー粉炒め 枝豆サラダ パン ミルク デザート 502kcal /3.3g	ツナ入りスクランブルエッグ オニオンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ホットサンド 具沢山ミネストローネ ミルク デザート 523kcal /3.0g
昼食	日替A	とんぺい焼き ブロッコリーとベーコンの炒め物 ご飯 味噌汁 デザート 621kcal /3.0g	カレイの煮付け(骨付き) サイコロサラダ ご飯 スープ デザート 597kcal /2.9g	牛肉豆腐 ★ピーマンと油揚げの金平 ご飯 味噌汁 デザート 595kcal /3.0g	ほっけの開き 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 577kcal /3.0g	麻婆茄子  竹の子の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート 617kcal /3.0g	鯖の味噌煮 野菜のかき揚げ ご飯 すまし汁 デザート 579kcal /3.0g	肉じゃが ほうれん草とコーンのバター炒め ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /3.0g
	日替B	高菜チャーハン ブロッコリーとベーコンの炒め物 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	オムライス  サイコロサラダ スープ デザート 623kcal /3.1g	たらこスパゲッティ ★ピーマンと油揚げの金平 ふりかけご飯 味噌汁 デザート 625kcal /3.0g	三色丼 春雨サラダ 味噌汁 デザート 606kcal /3.0g	ねぎとろ丼 竹の子の土佐煮 味噌汁 デザート 589kcal /3.1g	五目にゆうめん 野菜のかき揚げ ゆかりご飯 デザート 602kcal /3.0g	醤油ラーメン  ほうれん草とコーンのバター炒め ご飯 デザート 611kcal /3.2g
夕食	日替A	大鱈の塩焼き 鶏肉と絹厚揚げの煮物 胡瓜のもろみ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 669kcal /3.0g	子どもの日 海鮮散らし寿司 ふろふき大根 	ぶり大根 キャベツとイカの塩炒め 刺身こんにゃく梅肉がけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	平目のムニエル 五彩蒸しの銀あんかけ もやしと中華らげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 689kcal /2.9g	穴子の天ぷら 牛肉とレンコンの炒め物 パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 716kcal /3.0g	マグロのステーキ 点心盛り合わせ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 696kcal /2.9g	銀むつの漬け焼き 大根のそぼろ煮 冷奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 663kcal /3.0g
	日替B	★ローストビーフ トリュフソースがけ 鶏肉と絹厚揚げの煮物 胡瓜のもろみ和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 698kcal /3.1g	ほうれん草の胡麻和え すまし汁 デザート 712kcal /3.0g	豚肉のしそチーズ巻き フライ キャベツとイカの塩炒め 刺身こんにゃく梅肉がけ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 721kcal /3.0g	ビーフシチュー  五彩蒸しの銀あんかけ もやしと中華らげの和え物 ご飯 漬物 デザート 704kcal /3.1g	地鶏と海老のホイル包み 牛肉とレンコンの炒め物 パプリカのマリネ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	豚の角煮 点心盛り合わせ 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.1g	チキンカツ 大根のそぼろ煮 冷奴 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 718kcal /3.2g

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 4月28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