



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!

パストラール尼崎

4月27日(月)～5月3日(日)

		27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝食	和食	赤魚の煮付け インゲンのピーナッツ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /2.9g	葱入り出し巻き玉子 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	ツナと野菜の炒め物 トマトの青じそ和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /2.8g	巣籠もり玉子 ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.9g	玉子粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 479kcal /3.0g	さつま揚げと野菜の煮物 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 481kcal /3.0g	肉団子の旨煮 オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 489kcal /3.0g
	洋食	ウインナーとじゃが芋のマヨ焼き インゲンのソテー パン ミルク デザート 523kcal /3.0g	ピザトースト 具沢山クリームスープ ミルク デザート 544kcal /3.0g	ハムエッグ トマトサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.0g	ミニグラタンと野菜ソテー ブロッコリーのサラダ パン ミルク デザート 516kcal /2.9g	ほうれん草とウインナーの炒め物 グリーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.3g	オムレツ シーザーサラダ パン ミルク デザート 515kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 532kcal /3.0g
昼食	日替A	鯖のもろみ焼き 金平ごぼう ご飯 すまし汁 デザート 587kcal /3.0g	チキン南蛮 白菜とツナの煮びたし ご飯 味噌汁 デザート 592kcal /2.9g	つばすの生姜煮 長芋の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 565kcal /3.0g	豚肉と野菜のケチャップ炒め 里芋と竹輪の煮物 ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	白身魚のフライ 温野菜サラダ ご飯 味噌汁 デザート 611kcal /3.0g	鶏肉と野菜のポン酢蒸し ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 577kcal /3.0g	あじの塩焼き(一尾) キャベツとハムのコールスローサラダ ご飯 スープ デザート 562kcal /3.0g
	日替B	肉うどん(温) 金平ごぼう ゆかりご飯 デザート 626kcal /3.0g	きつねとろろそば(温) 白菜とツナの煮びたし 高菜ご飯 デザート 621kcal /3.1g	牛丼 長芋の磯辺揚げ 味噌汁 デザート 638kcal /3.0g	助六寿司 里芋と竹輪の煮物 味噌汁 デザート 618kcal /3.2g	ワンタン麺 温野菜サラダ ふりかけご飯 デザート 602kcal /3.0g	お好み焼き(豚肉) ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート 672kcal /3.0g	茄子のミートソーススパゲティ キャベツとハムのコールスローサラダ ご飯 スープ デザート 681kcal /3.1g
夕食	日替A	★海老カツとじ井 さつま芋のオープン焼き たこ酢 味噌汁 漬物 デザート 718kcal /3.1g	平目の白ワイン蒸し 万願寺唐辛子のじゃこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 679kcal /3.0g	ぶりの塩焼き 茄子の肉味噌炒め 竹の子のおかか和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 685kcal /3.0g	糸より鯛と海鮮のクリームシチュー 焼きビーフン 浅漬け盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 691kcal /2.9g	銀鮭のちゃんちゃん焼き 鶏肉と切干大根の煮物 春菊のお浸し 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 673kcal /3.0g	鰯の照り焼き かぼちゃのグリル ツナと大根のサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 669kcal /2.9g	鯛の荒煮(身・カマ) スナッPEndウとベーコンの炒め物 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 699kcal /3.0g
	日替B	豚肉と白菜の生姜煮 さつま芋のオープン焼き たこ酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 693kcal /3.1g	おろしポン酢ハンバーグ 万願寺唐辛子のじゃこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 701kcal /3.0g	焼鳥3種盛り 茄子の肉味噌炒め 竹の子のおかか和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 691kcal /3.0g	牛肉の柳川煮 焼きビーフン 浅漬け盛り合わせ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 712kcal /3.1g	イベリコ豚のステーキ 鶏肉と切干大根の煮物 春菊のお浸し 赤飯 すまし汁 漬物 デザート 715kcal /3.0g	ビーフカレー かぼちゃのグリル ツナと大根のサラダ 福神漬け デザート 711kcal /3.2g	鶏の唐揚げ葱塩ダレ スナッPEndウとベーコンの炒め物 長芋短冊 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 722kcal /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 4月21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

