



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
6月15日(月)～6月21日(日)

		15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)
朝食	和食	麦とろろご飯 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	ロールキャベツの旨煮 もやしの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	具沢山豚汁 お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート 467kcal /2.8g	蒸し鶏と三つ葉の 玉子とじ キャベツのゆかり和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	さばのみりん干し 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	焼きししゃもと 笹かまぼこ 青菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	千草玉子 たたき胡瓜 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	茶美豚のバジルと チーズのソーセージ コーンサラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	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 504kcal /3.0g	ほうれん草と ウインナーの炒め物 オニオンサラダ パン ミルク デザート 520kcal /3.0g	海老ソテーと温野菜 コールスローサラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	オムレツ 野菜炒め パン ミルク デザート 533kcal /3.3g	ホットドック 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	南瓜と貝柱の クリーム煮 胡瓜のマリネ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	豚肉のケチャップ炒め しる菜のなめ茸和え ご飯 スープ デザート 597kcal /3.0g	丸ごとあじの塩焼き (骨付き) 長芋のワサビ和え ご飯 味噌汁 デザート 582kcal /2.9g	とんぺい焼き ピクルス盛り合わせ ご飯 味噌汁 デザート 603kcal /3.0g	中華定食 麻婆豆腐 春巻き もやしと胡瓜の中華酢和え かき玉スープ ご飯 デザート 622kcal /3.2g	ほっけの塩焼き 白菜のさっぱり和え ご飯 味噌汁 デザート 598kcal /3.0g	肉じゃが 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 600kcal /3.0g	チキンソテー 胡麻ソースがけ 里芋の煮ころがし ご飯 スープ デザート 562kcal /3.0g
	日替B	海老ピラフ しる菜のなめ茸和え スープ デザート 623kcal /3.0g	かき揚げそば 長芋のワサビ和え ゆかりご飯 デザート 630kcal /3.1g	明太しらす丼 ピクルス盛り合わせ 味噌汁 デザート 520kcal /3.0g	★鶏の竜田揚げ丼 白菜のさっぱり和え 味噌汁 デザート 644kcal /3.1g	サラダうどん 竹輪の磯辺揚げ 菜飯 デザート 572kcal /3.0g	スパゲティナポリタン 里芋の煮ころがし ご飯 スープ デザート 631kcal /3.1g	
夕食	日替A	大鱈の照り焼き タコと小芋の煮物 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal /3.0g	鰻の柳川煮 揚げ出し豆腐 ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 655kcal /3.0g	糸より鯛の 地中海煮込み 大根のエビあんかけ きのこボン酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /3.0g	ぶりの幽庵焼き 信田巻きの炊き合わせ さつま芋とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 658kcal /2.9g	マグロのステーキ ニラ玉 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.0g	鯛の煮付け 万願寺のおかか炒め ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.0g	海老と野菜の天ぷら 五彩蒸しの銀あんかけ 小松菜のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 726kcal /3.0g
	日替B	焼きトマトとチキンの クリームグラタン タコと小芋の煮物 焼き茄子 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 710kcal /3.1g	イベリコ豚のステーキ 揚げ出し豆腐 ほうれん草の胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 705kcal /3.0g	牛肉の野菜巻き 大根のエビあんかけ きのこボン酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 694kcal /3.0g	二種のササミフライ (チーズ・梅しそ) 信田巻きの炊き合わせ さつま芋とひじきのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal /3.1g	牛肉のすき煮 ニラ玉 白和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal /3.0g	豚肉の有馬焼き 万願寺のおかか炒め ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal /3.1g	ローストビーフ 五彩蒸しの銀あんかけ 小松菜のお浸し ご飯 すまし汁 漬物 デザート 650kcal /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 6月9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

