



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8日(月)~6月14日(日)

		8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	
朝食	和食	ごぼ天と野菜の旨煮 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 459kcal /2.7g	いわしつみれの煮物 インゲンの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /3.0g	高菜粥 おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 465kcal /2.8g	生姜天の炊き合わせ ブロッコリーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 470kcal /2.9g	ハムエッグ しろ菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	赤魚の煮付け 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	出し巻き玉子 カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	
	洋食	チーズオムレット グリーンサラダ パン ミルク デザート 550kcal /3.2g	ウインナーと野菜の カレー炒め インゲンサラダ パン ミルク デザート 511kcal /3.2g	ほうれん草とベーコン のソテー 温野菜サラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	フレンチトースト 具沢山コーンスープ ミルク デザート 524kcal /2.9g	魚介のクリーム煮 しろ菜のソテー パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	スクランブルエッグと ハッシュドポテト 海藻サラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	サンドイッチ 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 498kcal /3.0g	
昼食	日替 A	鶏肉の味噌漬け 里芋の唐揚げ ご飯 すまし汁 デザート 588kcal /3.2g	つばすの煮付け ごぼうサラダ ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /2.9g	豚肉のみぞれ煮 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 579kcal /3.0g	カラスカレイの 竜田揚げ 小松菜のすだち和え ご飯 味噌汁 デザート 631kcal /3.0g	茄子とひき肉の 味噌炒め 春雨の中華和え ご飯 スープ デザート 598kcal /3.0g	鯖の漬け焼き  切干大根 ご飯 味噌汁 デザート 588kcal /3.0g	鶏のつくね焼き 南瓜の糸昆布煮 ご飯 味噌汁 デザート 562kcal /3.0g	
	日替 B	なめこおろしの 冷やし茶そば 里芋の唐揚げ 菜飯 デザート 600kcal /3.0g	オムライス ごぼうサラダ 味噌汁 デザート 620kcal /3.1g	味噌ラーメン 人参しりしり ご飯 デザート 616kcal /3.2g	木の葉丼 小松菜のすだち和え 味噌汁 デザート 588kcal /3.2g	五目チャーハン 春雨の中華和え スープ デザート 644kcal /3.1g	きつねとろろうどん  切干大根 炊き込みご飯 デザート 632kcal /3.0g	新玉ねぎとカツオの たたき丼 南瓜の糸昆布煮 味噌汁 デザート 631kcal /3.1g	
夕食	日替 A	赤カレイと ごぼうの煮付け 茄子と桜エビの揚げ浸し 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 674kcal /3.0g	サーモンのムニエル 山葵タルタルソース 万願寺のじゃこ炒め もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 723kcal /3.2g	銀むつの西京焼き 高野豆腐の玉子とじ トマトと玉ねぎのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 668kcal /3.0g	かんぱちの照り焼き 茶碗蒸し 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 685kcal /2.9g	ぶりの有馬山椒煮 <small>あったかポテトサラダ(炙りベーコン入り)</small> ほうれん草のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	鯛のおろし煮 牛肉とレンコンの炒め物 アスパラとツナのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 664kcal /2.9g	平目の バター醤油焼き 厚揚げと大根の旨煮 胡瓜の柚酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 645kcal /3.0g	
	日替 B	豚肉といかの 中華炒め 茄子と桜エビの揚げ浸し 三色なます ご飯 味噌汁 漬物 デザート 713kcal /3.1g	牛肉の 赤ワイン煮込み 万願寺のじゃこ炒め もずく酢 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 681kcal /3.0g	蒸し鶏のピリ辛胡麻 ソースがけ 高野豆腐の玉子とじ トマトと玉ねぎのマリネ ご飯 すまし汁 漬物 デザート 667kcal /3.0g	牛肉の甘辛炒め 茶碗蒸し 長芋の山葵和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 723kcal /3.1g	チキンカツ <small>あったかポテトサラダ(炙りベーコン入り)</small> ほうれん草のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 697kcal /3.0g	黒豚と温野菜の チーズソース 牛肉とレンコンの炒め物 アスパラとツナのサラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.1g	煮込みハンバーグ 厚揚げと大根の旨煮 胡瓜の柚酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 726kcal /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2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