



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

7月20日(月)～7月26日(日)



このマークがついている献立には食後に  
コーヒー又は紅茶をサービスさせていただきます。

		20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)	
朝食	和食	<b>飛頭龍の炊き合わせ</b> 白菜の塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>483kcal / 2.8g</b>	<b>麦とろろご飯</b> おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート <b>462kcal / 3.0g</b>	<b>焼きししゃもと 笹かまぼこ</b> 玉ねぎのおかか和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>466kcal / 2.8g</b>	<b>五彩蒸しの炊き合わせ</b> カリフラワーの甘酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>471kcal / 2.9g</b>	<b>干草玉子</b> インゲンの胡麻和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>467kcal / 3.0g</b>	<b>豆腐のふわふわ寄せ</b> 小松菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>468kcal / 3.0g</b>	<b>和風オムレツ</b> 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>469kcal / 3.0g</b>	
	洋食	<b>ウインナーと野菜の カレーソテー</b> オニオンサラダ パン ミルク デザート <b>522kcal / 3.0g</b>	<b>ミニグラタンと 野菜のソテー</b> 海藻サラダ パン ミルク デザート <b>504kcal / 3.0g</b>	<b>ホットドック</b> 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート <b>500kcal / 3.0g</b>	<b>ロールキャベツの コンソメ煮</b> カリフラワーサラダ パン ミルク デザート <b>512kcal / 2.9g</b>	<b>豚肉と大豆のトマト煮</b> イタリアンサラダ パン ミルク デザート <b>532kcal / 3.3g</b>	<b>フレンチトースト</b> 具沢山コンソメスープ ミルク デザート <b>511kcal / 3.0g</b>	<b>ベーコンと野菜の クリーム煮</b> コーンサラダ パン ミルク デザート <b>498kcal / 3.0g</b>	
昼食	日替A	<b>白身フライ</b> 蕎麦とたくあんの和え物 ご飯 スープ デザート <b>623kcal / 3.0g</b>	<b>麻婆豆腐</b> 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート <b>592kcal / 2.9g</b>	<b>鯖の漬け焼き</b> 竹の子の土佐煮 ご飯 味噌汁 デザート <b>620kcal / 3.0g</b>	<b>豚肉と野菜の 甘辛炒め</b> きのこのマリネ ご飯 スープ デザート <b>612kcal / 3.0g</b>	<b>鶏の味噌漬け焼き</b> 山菜ナムル ご飯 すまし汁 デザート <b>622kcal / 3.0g</b>	<b>ほっけの開き</b> レタスとミカンのサラダ ご飯 味噌汁 デザート <b>589kcal / 3.0g</b>	<b>冷しゃぶ(豚)</b> 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート <b>561kcal / 3.0g</b>	
	日替B	<b>サラダうどん</b> 蕎麦とたくあんの和え物 ふりかけご飯 デザート <b>583kcal / 3.0g</b>	<b>かつおの漬け丼</b> 人参しりしり 味噌汁 デザート <b>621kcal / 3.1g</b>	<b>高菜チャーハン</b> 竹の子の土佐煮 味噌汁 デザート <b>596kcal / 3.0g</b>	<b>スパゲティナポリタン</b> きのこのマリネ ご飯 スープ デザート <b>600kcal / 3.2g</b>	<b>冷やし薬味そうめん</b> 山菜ナムル ゆかりご飯 デザート <b>588kcal / 3.2g</b>	<b>五日チャーハン</b> レタスとミカンのサラダ 味噌汁 デザート <b>632kcal / 3.0g</b>	<b>明太しらす丼</b> 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート <b>631kcal / 3.1g</b>	
夕食	日替A	<b>銀むつの西京焼き</b> ミニおでん しろ菜の山葵和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>683kcal / 3.0g</b>	<b>松花堂</b>  <b>7月13日(月)に 提示致します</b>	<b>イサキの 柚子胡椒焼き</b> キャベツとイカの塩炒め 変わり奴(梅・大葉) ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>686kcal / 3.0g</b>	<b>ぶりの塩焼き</b> 牛すじとこんにゃくの土手煮 柚子白菜 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>684kcal / 2.9g</b>	<b>サーモンのムニエル</b> アスパラとツナの炒め物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>697kcal / 3.0g</b>	<b>真アジフライと エビフライ</b> 大根のかにかまあんかけ トマトの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>720kcal / 2.9g</b>	<b>赤カレイの照り煮</b> タコと小芋の煮物 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>665kcal / 3.0g</b>	
	日替B	<b>赤鶏と海老の カシューナッツ炒め</b> ミニおでん しろ菜の山葵和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>710kcal / 3.1g</b>		<b>牛肉の柳川煮</b> キャベツとイカの塩炒め 変わり奴(梅・大葉) ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>694kcal / 3.0g</b>	<b>鶏の天ぷらチリソース</b> 牛すじとこんにゃくの土手煮 柚子白菜 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>714kcal / 3.1g</b>	<b>牛肉のすき煮</b> アスパラとツナの炒め物 めかぶと胡瓜の酢の物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>688kcal / 3.0g</b>	<b>豚肉と厚揚げの さっぱり煮</b> 大根のかにかまあんかけ トマトの塩昆布和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>674kcal / 3.1g</b>	<b>プルコギ (韓国風牛肉炒め)</b> タコと小芋の煮物 焼きナス ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>726kcal / 3.2g</b>	

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 7月14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