



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

8月10日(月)～8月16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。

		10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝食	和食	<b>ロールキャベツの旨煮</b> インゲンの黒ごまよごし ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>482kcal /2.8g</b>	<b>竹輪とグリーンピースの 玉子とじ</b> カリフラワーの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>472kcal /3.0g</b>	<b>茶粥</b> おぼんざい盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート <b>466kcal /2.8g</b>	<b>ごぼ天の旨煮</b> しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>471kcal /2.9g</b>	<b>巢ごもり玉子</b> 和風サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>469kcal /3.0g</b>	<b>具沢山豚汁</b> お惣菜盛り合わせ ご飯 漬物 デザート <b>468kcal /3.0g</b>	<b>ツナと野菜の炒め物</b> 海藻の和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>469kcal /3.0g</b>
	洋食	<b>ベーコンと野菜の 炒め物</b> いんげんサラダ パン ミルク デザート <b>522kcal /3.0g</b>	<b>ホットサンド</b> サラダ スープ ミルク デザート <b>504kcal /3.0g</b>	<b>スパニッシュオムレツ</b> シーザーサラダ パン ミルク デザート <b>510kcal /3.0g</b>	<b>ウイナーと 野菜のポトフ</b> しる菜のピーナッツ和え パン ミルク デザート <b>512kcal /2.9g</b>	<b>スクランブルエッグと 海老マヨ</b> 和風サラダ パン ミルク デザート <b>532kcal /3.3g</b>	<b>ミネストローネ</b> 枝豆サラダ パン ミルク デザート <b>510kcal /3.0g</b>	<b>フレンチトースト</b> 具沢山コーンスープ ミルク デザート <b>498kcal /3.0g</b>
昼食	日替A	<b>肉じゃが</b> 五目煮豆 ご飯 味噌汁 デザート <b>627kcal /3.0g</b>	<b>つばすの漬け焼き</b> 白菜のさっぱり ご飯 味噌汁 デザート  <b>592kcal /2.9g</b>	<b>豚肉のみぞれ煮</b> 金平ごぼう ご飯 味噌汁 デザート <b>635kcal /3.0g</b>	<b>鯖の梅煮</b> ハムとキャベツのコールスローサラダ ご飯 スープ デザート <b>612kcal /3.0g</b>	<b>チキン南蛮</b> 温野菜サラダ ご飯 スープ デザート <b>612kcal /3.0g</b>	<b>カラスカレイの竜田揚げ</b> ひじきの煮物 ご飯 味噌汁 デザート <b>632kcal /3.0g</b>	<b>豚肉と野菜の 生姜炒め</b> 餃子 ご飯 スープ デザート <b>562kcal /3.0g</b>
	日替B	<b>生姜天とろろうどん (冷)</b> 五目煮豆 ゆかりご飯 デザート <b>583kcal /3.0g</b>	<b>じゃことひき肉の 和風チャーハン</b> 白菜のさっぱり 味噌汁 デザート  <b>621kcal /3.1g</b>	<b>皿うどん</b> 金平ごぼう ご飯 味噌汁 デザート <b>600kcal /3.0g</b>	<b>オムライス</b> ハムとキャベツのコールスローサラダ スープ デザート <b>622kcal /3.2g</b>	<b>カルボナーラ スパゲティ</b> 温野菜サラダ ふりかけご飯 スープ デザート <b>626kcal /3.2g</b>	<b>木の葉丼</b> ひじきの煮物 味噌汁 デザート <b>582kcal /3.0g</b>	<b>エビピラフ</b> 餃子 スープ デザート <b>631kcal /3.1g</b>
夕食	日替A	<b>鯛の塩焼き</b> 信田巻きの炊き合わせ ほうれん草の胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>684kcal /3.0g</b>	<b>平日とおぼろ豆腐の 酒蒸し</b> 大根のかにかまあんかけ 青梗菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>687kcal /3.0g</b>	<b>鮭といくらの混ぜ寿司</b> キャベツときのこの山椒炒め 胡瓜と中華くらげの和え物 味噌汁 漬物 デザート <b>686kcal /3.0g</b>	<b>かんぱちの幽庵焼き</b> エビ芋と生麩の田楽 春菊の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>684kcal /2.9g</b>	<b>まぐろフライ</b> 茄子のそぼろ煮 手作り豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>697kcal /3.0g</b>	<b>ぶりの照り焼き</b> チャプチェ(春雨の炒め物) オクラの梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>676kcal /2.9g</b>	<b>糸より鯛の 白ワイン蒸し</b> 茶碗蒸し 冷やしトマト ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>665kcal /3.0g</b>
	日替B	<b>豚肉の黒胡椒焼き 温玉ソース</b> 信田巻きの炊き合わせ ほうれん草の胡麻和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>710kcal /3.1g</b>	<b>牛肉の ミルフィーユカツ</b> 大根のかにかまあんかけ 青梗菜のなめ茸和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>705kcal /3.0g</b>	<b>焼きトマトとチキンの グラタン</b> キャベツときのこの山椒炒め 胡瓜と中華くらげの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>697kcal /3.0g</b>	<b>牛肉と帆立の 五目炒め</b> エビ芋と生麩の田楽 春菊の和え物 ご飯 すまし汁 漬物 デザート <b>724kcal /3.1g</b>	<b>豚肉と野菜の旨煮</b> 茄子のそぼろ煮 手作り豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>688kcal /3.0g</b>	<b>鶏肉の利休焼き</b> チャプチェ(春雨の炒め物) オクラの梅肉和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート <b>674kcal /3.1g</b>	<b>牛ヒレスステーキ</b> 茶碗蒸し 冷やしトマト 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 8月4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