



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strール尼崎

9月7日(月)～9月13日(日)

		7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)
朝食	和食	赤魚の煮付け めかぶの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal / 2.8g	鶏じゃが煮 ブロッコリーの海苔和え 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 466kcal / 2.8g	巣籠り玉子 しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal / 2.9g	あじの開き 納豆 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g	おにぎり(梅・おかか) 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 468kcal / 3.0g	干草玉子 野菜炒め ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal / 3.0g
	洋食	ホットサンド 具沢山ポトフ ミルク デザート 522kcal / 3.0g	茶美豚のバジルと チーズのソーセージ 枝豆サラダ パン ミルク デザート 504kcal / 3.0g	野菜オムレツ シーザーサラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	ロールキャベツの コンソメ煮 青梗菜とコーンのソテー パン ミルク デザート 512kcal / 2.9g	あんぱんと クリームパン 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 532kcal / 3.3g	ベーコンとブロッコリー の玉子炒め トマトサラダ パン ミルク デザート 510kcal / 3.0g	エビと温野菜のソテー オニオンサラダ パン ミルク デザート 498kcal / 3.0g
昼食	日替A	ピーマンの肉詰め レタスとミカンのサラダ ご飯 スープ デザート 623kcal / 3.0g	幕の内弁当 焼き魚 炊き合わせ	鶏肉の治部煮 レンコンの金平 ご飯 味噌汁 デザート 636kcal / 3.0g	つばすの照り焼き 竹輪の磯辺揚げ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal / 3.0g	ポークチャップ 白菜のさっぱり和え ご飯 スープ デザート 612kcal / 3.0g	カラスカレイの パン粉焼き ひじきの煮物 ご飯 スープ デザート 589kcal / 3.0g	八宝菜 五目煮豆 ご飯 スープ デザート 562kcal / 3.0g
	日替B	韓国風のり巻き レタスとミカンのサラダ スープ デザート 580kcal / 3.0g	ミニ天ぷら 玉子焼き お浸し ご飯 味噌汁 デザート 590kcal / 3.1g	冷やし薬味そうめん レンコンの金平 ゆかりご飯 デザート 574kcal / 3.0g	豚丼 竹輪の磯辺揚げ 味噌汁 デザート 622kcal / 3.2g	ワンタン麺 白菜のさっぱり和え ご飯 デザート 592kcal / 3.2g	★カレー風味の チキンピラフ ひじきの煮物 スープ デザート 632kcal / 3.0g	カルボナーラ スパゲティ 五目煮豆 スープ デザート 631kcal / 3.1g
夕食	日替A	銀むつの西京焼き 大根の生姜あんかけ 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 684kcal / 3.0g	鯛の酒蒸し 万願寺のじゃこ炒め トマトの塩昆布和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 678kcal / 3.0g	ぶりの煮付け 桜えびのかき揚げ わけぎと京揚げのぬた和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 686kcal / 3.0g	鰻の柳川煮 信田巻きの炊き合わせ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 724kcal / 2.9g	糸より鯛の レモン蒸し キャベツときのこの山椒炒め オクラの梅かつお和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 667kcal / 3.0g	大鱈の菜種焼き 牛肉とごぼうの炒め物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal / 2.9g	かんぱちの竜田揚げ 点心盛り合わせ 胡瓜の柚酢和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665kcal / 3.0g
	日替B	赤鶏の葱塩焼き 大根の生姜あんかけ 白和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 711kcal / 3.1g	牛肉の朴葉焼き 万願寺のじゃこ炒め トマトの塩昆布和え ご飯 すまし汁 漬物 デザート 705kcal / 3.0g	豚肉のピリ辛 オイスター煮込み 桜えびのかき揚げ わけぎと京揚げのぬた和え ご飯 漬物 デザート 694kcal / 3.0g	ハーブ鶏の クリームシチュー 信田巻きの炊き合わせ 春菊の辛子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 3.1g	おでん(鍋) キャベツときのこの山椒炒め オクラの梅かつお和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 688kcal / 3.0g	豚の角煮 牛肉とごぼうの炒め物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal / 3.1g	牛肉のすき煮 点心盛り合わせ 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 9月1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

