



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

9月21日(月)～9月27日(日)

		21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	27日(日)
朝食	和食	信田巻きと野菜の旨煮 しる菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 482kcal /2.8g	海老と枝豆の玉子とじ オクラの和え物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 472kcal /3.0g	茶粥 小鉢盛り合わせ 味噌汁 漬物 デザート 466kcal /2.8g	ツナと野菜の炒め物 豆腐サラダ ご飯 味噌汁 漬物 デザート 471kcal /2.9g	だし巻き玉子 ピーマンの炒め物 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g	飛龍頭の炊き合わせ ブロッコリーの海苔和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 468kcal /3.0g	ミニおでん 白菜のお浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 469kcal /3.0g
	洋食	海老マヨと温野菜 海藻サラダ パン ミルク デザート 522kcal /3.0g	ホットケーキ 具沢山コンソメスープ ミルク デザート 504kcal /3.0g	豚肉と大豆のトマト煮 グリーンサラダ パン ミルク デザート 510kcal /3.0g	スパニッシュオムレツ 豆腐サラダ パン ミルク デザート 512kcal /2.9g	ミニグラタンと野菜のソテー 枝豆サラダ パン ミルク デザート 532kcal /3.3g	ホットドック 具沢山ポタージュスープ ミルク デザート 510kcal /3.0g	南瓜と貝柱のクリーム煮 トマトサラダ パン ミルク デザート 498kcal /3.0g
昼食	日替A	チキンソテー胡麻ソースがけ 人参しりしり ご飯 味噌汁 デザート 623kcal /3.0g	つばすの照り煮 白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 572kcal /2.9g	コロッケ盛り合わせ 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート 686kcal /3.0g	カラスカレイのしそ焼き きのこのマリネ ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	豚肉のマスタード焼き レンコンのそぼろ煮 ご飯 味噌汁 デザート 612kcal /3.0g	鯖の塩焼き もやしナムル ご飯 味噌汁 デザート 589kcal /3.0g	鶏肉のくわ焼き サイコロサラダ ご飯 すまし汁 デザート 562kcal /3.0g
	日替B	カレーうどん 人参しりしり ご飯 デザート 580kcal /3.0g	お好み焼き 白菜のレモン酢 ご飯 味噌汁 デザート 590kcal /3.1g	高菜チャーハン 春雨サラダ 味噌汁 デザート 574kcal /3.0g	皿うどん きのこのマリネ ご飯 味噌汁 デザート 622kcal /3.2g	鮭と大葉の混ぜ寿司 レンコンのそぼろ煮 味噌汁 デザート 592kcal /3.2g	柚子おぼろ昆布うどん(温) もやしナムル ご飯 デザート 574kcal /3.0g	木の葉丼 サイコロサラダ すまし汁 デザート 600kcal /3.1g
夕食	日替A	松花堂 9月14日(月)に提示致します	マグロカツ 茶碗蒸し ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 702kcal /3.0g	銀むつの幽庵焼き 若竹煮 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 686kcal /3.0g	かんぱち大根 南瓜のオランダ煮 たご酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 674kcal /2.9g	海老フライ キャベツときのこのじゃこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 710kcal /3.0g	海鮮のカルパッチョ 焼き厚揚げ 春菊の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 676kcal /2.9g	糸より鯛の地中海煮込み あったかポテトサラダ ゆでほうれん草 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 665kcal /3.0g
	日替B		牛肉の野菜巻き 茶碗蒸し ささみと大根の梅和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 698kcal /3.0g	赤鶏と海老のカシューナッツ炒め 若竹煮 茄子と大葉の生姜浸し ご飯 味噌汁 漬物 デザート 694kcal /3.0g	牛肉の甘辛炒め 南瓜のオランダ煮 たご酢 ご飯 すまし汁 漬物 デザート 688kcal /3.1g	地鶏のホイル包み キャベツときのこのじゃこ炒め 胡麻豆腐 ご飯 味噌汁 漬物 デザート 678kcal /3.0g	黒豚と温野菜のチーズソース 焼き厚揚げ 春菊の柚子和え ご飯 味噌汁 漬物 デザート 700kcal /3.1g	牛肉のミルフィーユカツ あったかポテトサラダ ゆでほうれん草 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15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